

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte.

“Manuel Fajardo”



***TESIS EN OPCIÓN AL TÍTULO DE MÁSTER EN ACTIVIDAD FÍSICA EN LA
COMUNIDAD.***

TÍTULO:

**PLAN DE ACTIVIDADES FÍSICO RECREATIVAS PARA CONTRIBUIR A LA
EDUCACIÓN SEXUAL EN LOS ADOLESCENTES DE 12-15 AÑOS DEL REPARTO
5 DE SEPTIEMBRE.**

AUTOR: Lic. SALVADOR ENRIQUE GONZÁLEZ ARMAS.

TUTOR: MSc. DEYSI MILHET CRUZ.

2011

“AÑO 53 DE LA REVOLUCIÓN”

DEDICATORIA

- A mi **HIJO** por ser la fuente de mi inmensa felicidad y amor.
- A mis padres por impregnarme deseos de superación y quererme tanto.
- A mis amigos por la ayuda que me han ofrecido, acompañarme en este momento y demostrarme lo que represento para ellos.

AGRADECIMIENTOS

- A Deisy, Cuesta y el Goyo por sus formas de brindarme apoyo y soportarme.
- A la Revolución y a Fidel por hacer realidad este sueño.

DECLARACIÓN DE AUTORIDAD

Los resultados que se exponen en el presente Trabajo de Maestría se han alcanzado como consecuencias de la labor realizada por el autor y asesorado y/o respaldado por la Facultad de Cultura Física "Nancy Uranga Romagoza".

Por tanto, los resultados en cuestión son propiedad del autor y el centro antes mencionado y solo ellos podrán hacer uso de los mismos de forma conjunta y recibir los beneficios que se deriven de su utilización.

Dado en Pinar del Río a los ____ días del mes de _____ del 2011.

“ Año 53 de la Revolución “

Autor: Nombre (s) y apellido (s) y firma

RESUMEN

En el municipio Pinar del Río el consejo popular “Carlos Manuel de Céspedes” es uno de los que presenta mayores dificultades en cuanto a Educación Sexual y dentro de esta comunidad sobresale el Reparto 5 de Septiembre, conocido popularmente por “Maica”.

Corroborado por los datos recogidos la población más vulnerable son los adolescentes de 12-15 años, en quienes no existe una educación sexual adecuada, sumándosele la carencia de actividades que la promuevan a nivel comunitario. Esta investigación se sustenta sobre bases psicológicas, sociológicas y de trabajo comunitario y está basada en métodos teóricos y empíricos que propician un desarrollo sociocultural y educativo que promueva un progreso en la comunidad donde los adolescentes participen como agentes transformadores de cambio al modificar roles, actuaciones y conductas, lográndose una mejoría en la Educación Sexual en los mismos y que se irradie al resto de la comunidad, permitiendo una visión holística en aspectos relacionados con la sexualidad humana, que parte de los adolescentes y se expanda en el entorno comunitario, a la vez que patentiza la necesidad de introducir esta temática como alternativa a la profilaxis y educación sobre determinadas enfermedades al incrementar sus niveles cognoscitivos acerca del tema dirigida a la prevención de embarazos no deseados, las ETS, VIH, para lograr disminuir el alto riesgo reproductivo y sexual.

Es de utilidad para familiares, profesores, así como para organizaciones políticas y de masas que en el ámbito comunitario se dispongan a participar en esta batalla por la vida de los adolescentes.

Palabras claves: **Educación Sexual, Comunidad y Adolescentes**

ÍNDICE

CONTENIDO	Páginas
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I: Fundamentación Teórica	9
1.1.-La Educación Sexual : antecedentes y concepciones actuales	15
1.1.1-Contribución de la práctica del deporte a la Educación Sexual	13
1.2-La adolescencia. Particularidades generales	14
1.2.1-Characterización bio- morfo- funcional	14
1.2.2 -Caracterización psicológica.	16
1.3- La Recreación	19
1.3.1- Los Beneficios de la Recreación.	21
1.3.2- La Lúdica en la Recreación	22
1.4- La Recreación Física	24
1.4.1-Recreación Física y Comunidad	26
1.4.2-Recreación Física para un grupo urbano o comunitario	26
1.4.3- Recreación Física en el Consejo Popular	27
1.4.4- Recreación Física en el ámbito de la Circunscripción	27
1.5-La Gestión y Programación de la Recreación Física	28
CAPÍTULO II: Análisis de los resultados. Análisis de los resultados de los instrumentos aplicados. Presentación y valoración de la propuesta	35
2.1- Caracterización de la Comunidad.	35
2.2- Características del grupo encuestado	36
2.3- Resultados de la Observación	36
2.4- Plan de actividades físico-recreativas para la Educación Sexual de los adolescentes.	48
2.5- Valoración de la Utilidad del Plan Elaborado	57
2.5.1.-Valoración por el Criterio de Especialistas	57
2.5.2.- Valoración Práctica de la Implementación del Plan	58
CONCLUSIONES	60
RECOMENDACIONES	61
BIBLIOGRAFÍA	
ANEXOS	

INTRODUCCIÓN.

Dentro del cúmulo de problemas que hoy gravitan sobre los seres humanos figuran los concernientes a la etapa crucial de la adolescencia. La humanidad ha ido tomando conciencia de tales problemas y muchos países se preocupan por hallar respuestas adecuadas a sus condiciones socio-económicas y orientaciones psicológicas. Entre estas cuestiones vienen cobrando importancia las que giran en torno al desarrollo socio-psico-sexual en dicho período de la vida humana.

La Educación Sexual es la manera en que se consolida nuestro propio estilo y forma de expresión. Existen muchas formas de manifestarla y dentro de ellas se encuentra la verbal (explicando) y la no verbal (mostrando el comportamiento). Así habrá personas que tengan buena expresión sexual y en otras será deficiente, todo dependerá de la información recibida en cada una de las etapas de su desarrollo psicosocial.

Es importante dejar claro que la Educación Sexual no es solo dar información sobre la anatomía y el funcionamiento de los órganos genitales, ni tampoco es enseñar una serie de ejercicios y técnicas para lograr una buena relación de pareja.

La Educación Sexual debe tener una parte de información que se manifiesta mediante la palabra, utilizando charlas, diálogos, conversaciones. Otra se enseña sin palabras, o sea, que se aprende con las actitudes, los sentimientos y con la forma en que percibimos como se maneja el tema de la sexualidad en nuestro ambiente familiar y social.

El sistema de comunicación mediante el cual los seres humanos expresamos nuestra función sexual dentro de un estilo propio de cada grupo humano y particularmente de cada persona es la **sexualidad**.

Los diversos modelos y patrones socioculturales le dan una forma de expresión típica de cada época, religión o grupo humano, logrando así expresar de una manera peculiar lo sexual. Es por eso que con los años y las circunstancias las costumbres sexuales cambian, algunas desaparecen y otras surgen, según lo decidan las comunidades, pueblos, ideología, culturas y países.

De lo anterior se deduce la gran necesidad que se tiene de que la familia y la comunidad persigan objetivos comunes en cuanto a la Educación Sexual ya que se aprende tanto del ambiente familiar, como del social. Ahí radica la importancia de acometer proyectos de intervención que tributen al desarrollo sociocultural y educativo.

En Cuba existe un Programa Nacional de Educación Sexual que tiene dentro de sus objetivos fundamentales propiciar una sexualidad sana, plena, responsable, sobre la base del amor, el bienestar, la felicidad y la igualdad de todos los miembros de la sociedad.

A partir de 1994 el Centro Nacional de Educación Sexual (CENESEX), rector de dicho programa, comenzó a desarrollar conjuntamente con el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) un proyecto dirigido a disminuir los abortos voluntarios mediante una sistemática educación de la sexualidad en la comunidad, que facilite a las personas, tanto del sexo femenino como del masculino, tomar decisiones informadas, conscientes y responsables en materia de salud sexual y reproductiva.

La continuidad y extensión de ese proyecto llevó a un trabajo intensivo en una provincia cubana durante los años de 1997 al 1999, dados los altos indicadores de embarazos y abortos en adolescentes que allí se presentaban. Concebido como “Proyecto de Educación Sexual en la comunidad para disminuir el alto riesgo reproductivo y sexual”, tiene como particularidad la labor educativa dirigida a la familia y también a los adolescentes y jóvenes involucrados en el proyecto.

Los resultados e importancia de esta experiencia constituyen puntos de partida de la presente investigación, en la que se pretende desarrollar un trabajo con los jóvenes y adolescentes donde se integren las acciones en función de una mayor orientación de este grupo poblacional, en el seno de la comunidad.

En los diferentes programas de Educación Sexual Comunitaria para adolescentes, siempre están presentes temáticas relacionadas con la salud sexual y reproductiva en las que se incorporan elementos de las políticas sociales de salud, como base conceptual para que los participantes tengan en cuenta la existencia de estos servicios, así como de los programas que se disponen en tal sentido.

A partir del intercambio establecido con los adolescentes que habitan en la Circunscripción No. 173 del Reparto 5 de Septiembre, en el consejo popular “Carlos Manuel de Céspedes” se evidenció la necesidad de diseñar una propuesta de intervención que garantice que los jóvenes desarrollen acciones en su entorno social que alcancen un mayor nivel de aceptación.

En visitas a las áreas de salud se corrobora que hay un gran número de adolescentes con embarazos precoces y con enfermedades de transmisión sexual, dado por el desconocimiento que poseen en cuanto a Educación Sexual, sobre las ETS, VIH, vías de contagio y formas de protección, matrimonios y embarazos tempranos y altos indicadores de embarazos y abortos en adolescentes, lo que demuestra que no poseen una educación sexual adecuada y por ende son pocos los que llegan a constituir una familia y en otros casos no tienen sustento para hacerlo.

Lo antes expuesto nos permite definir como **situación problemática**: los insuficientes niveles cognoscitivos de los adolescentes sobre la educación sexual y la necesidad de desarrollar una labor educativa comunitaria dirigida a ellos y a su familia, educándolos en la prevención de embarazos no deseados, las ETS y VIH, para lograr disminuir el alto riesgo reproductivo y sexual.

Atendiendo a todo lo anterior se formula el siguiente **Problema**:

¿Cómo contribuir a la Educación Sexual en los adolescentes de 12-15 años de la Circunscripción No. 173, del Reparto 5 de Septiembre, en el consejo popular “Carlos Manuel de Céspedes”, Municipio Pinar del Río?

El Objeto de Estudio escogido es el proceso de la Educación Sexual

El Campo de acción se identifica con: La Educación Sexual comunitaria.

De aquí se deriva el **OBJETIVO** encaminado a:

Implementar un plan de actividades físico-recreativas para contribuir a la educación sexual de los adolescentes de 12-15 años de la Circunscripción No. 173, del Reparto 5 de Septiembre, en el consejo popular “Carlos Manuel de Céspedes”, Municipio Pinar del Río.

Se parte de las siguientes **Preguntas Científicas**:

1. ¿Cuáles son los antecedentes teóricos existentes en cuanto a la Educación Sexual en los adolescentes?
2. ¿Cuál es la situación actual en relación con la Educación Sexual que presentan los adolescentes de 12-15 años de la Circunscripción No. 173, del Reparto 5 de Septiembre, en el consejo popular “Carlos Manuel de Céspedes”, Municipio Pinar del Río?
3. ¿Qué actividades físico-recreativas incluir en el plan para contribuir a la Educación Sexual de los adolescentes de 12-15 años, de la Circunscripción No. 173, del Reparto 5 de Septiembre, en el consejo popular “Carlos Manuel de Céspedes”, Municipio Pinar del Río?
4. ¿Cuál es la utilidad del plan de actividades físico-recreativas para contribuir a la Educación Sexual de los adolescentes de 12-15 años de la Circunscripción No. 173, del Reparto 5 de Septiembre, en el consejo popular “Carlos Manuel de Céspedes”, Municipio Pinar del Río?

De las que se derivan las siguientes **Tareas Científicas**:

1. Análisis de los antecedentes teóricos existentes en cuanto a la Educación Sexual en los adolescentes.
2. Diagnóstico de la situación actual en relación con la Educación Sexual que presentan los adolescentes de 12-15 años de la Circunscripción No. 173, del Reparto 5 de Septiembre, en el consejo popular “Carlos Manuel de Céspedes”, Municipio Pinar del Río.
3. Elaboración de las actividades físico-recreativas a incluir en el Plan para contribuir a la Educación Sexual de los adolescentes de 12-15 años de la Circunscripción No. 173, del Reparto 5 de Septiembre, en el consejo popular “Carlos Manuel de Céspedes”, Municipio Pinar del Río.
4. Valoración teórica y práctica de la utilidad del plan de actividades físico-recreativas para contribuir a la Educación Sexual de los adolescentes de 12-15 años de la Circunscripción No. 173, del Reparto 5 de Septiembre, en el consejo popular “Carlos Manuel de Céspedes”, Municipio Pinar del Río.

Población y Muestra:

Se consideró la población conformada por los 147 adolescentes (12 a 15 años de edad) que residen en la Circunscripción No. 173, del Reparto 5 de Septiembre, en el consejo popular “Carlos Manuel de Céspedes”, Municipio Pinar del Río, trabajándose con una muestra de 49 adolescentes, que representan el 25%.

El muestreo utilizado es intencional por escoger esta edad y el tema en cuestión.

La muestra a utilizar se determinó atendiendo al **criterio** de 1 cada 3 miembros de la población, utilizándose el tipo de muestreo aleatorio simple para su selección y lograr representatividad.

Se utilizó, como **muestra secundaria**, a un total de 12 sujetos entendidos entre los factores implicados en el desarrollo de la recreación en el consejo popular, dentro los que se encuentran:

- Profesores de Recreación: 1
- Profesores de Educación Física: 2
- Profesores de Deporte: 1
- Activistas: 2
- Funcionarios del consejo copular y el combinado deportivo: 6

Métodos empleados

Métodos Teóricos:

Análisis-Síntesis: Se analizaron las dificultades de la educación sexual, la necesidad de una vía de solución en la comunidad, determinando que las actividades físico-recreativas son elementos muy saludables en relación con esta temática.

Histórico-Lógico: Establece los diferentes momentos históricos de la Educación Sexual, tipos, su utilización en la comunidad y las diferentes soluciones que se le han dado desde el punto de vista de la Recreación Física.

Inductivo-Deductivo: Se induce que hay una serie de factores que inciden negativamente en la Educación Sexual en la comunidad y una posible solución son las actividades físico-recreativas que promuevan la salud reproductiva y sexual de los adolescentes.

Métodos Empíricos.

Observación: A las actividades programadas en el consejo popular “Carlos Manuel de Céspedes”, para obtener información primaria acerca del uso de las actividades físico-recreativas en el desarrollo de la Educación Sexual en los adolescentes.

Entrevista: Realizada con los factores de la comunidad objeto de estudio, implicados en el trabajo relacionado con la Educación Sexual y las actividades físico-recreativas, con el propósito de conocer una serie de aspectos relacionados con el accionar en este marco.

Prueba pedagógica: Aplicada a la muestra de adolescentes (49), para conocer sus criterios y nivel de información en relación con esta temática, así como sus gustos y preferencias por las actividades físico-recreativas.

Análisis Documental: Son normativos en el proceso de enseñanza-aprendizaje en cualquier programa de actividades físico-recreativas desarrollado para la comunidad al tener en cuenta circulares del deporte participativo y textos relacionados con la problemática de la Educación Sexual en la comunidad

Experimento: Se incluye el pre-experimento para determinar el nivel en el que está la Educación Sexual en adolescentes (12 a 15 años de edad) que residen en la Circunscripción No. 173, del Reparto 5 de Septiembre, en el consejo popular “Carlos Manuel de Céspedes”, Municipio Pinar del Río.

Métodos Matemático-Estadísticos.

La información recopilada fue tabulada y organizada, para su mejor análisis, en tablas y gráficos confeccionados al efecto, en el que se utilizó como técnica de la estadística descriptiva e inferencial.

Definición de Términos

- **Educación Sexual:** Por Educación Sexual en la sociedad se entiende, preparar a las jóvenes generaciones para el amor, el matrimonio y la familia. La educación sexual debe formar parte de la educación integral de la personalidad de cada

individuo, con conocimientos y habilidades que exige de cada ser humano la vida familiar. Por lo tanto, la educación sexual es mucho más que la manera de impartir conocimientos sobre la reproducción humana, sobre la anatomía y fisiología de los órganos genitales del hombre y la mujer.

- **Consejo Popular:** Es una dependencia o entidad gubernamental local, investida de la más alta autoridad para el desempeño de sus funciones. Comprende una demarcación territorial dada, apoya al Poder Popular en el ejercicio de sus atribuciones y atención a las necesidades e intereses de los pobladores de sus circunscripciones.
- **Oferta recreativa:** Conjunto de actividades recreativas que forman parte de una programación llevada a cabo por un organismo o institución que son puestas a disposición de la población para la elección y utilización opcional de su tiempo libre, en función de las necesidades e intereses de ella.
- **Preferencias o intereses recreativos:** Son aquellos factores o elementos que determinan en las personas la elección y realización de las actividades recreativas determinantes en la satisfacción de sus gustos, predilecciones y necesidades.
- **Recreación Física:** Es el conjunto de actividades de contenido físico, deportivo o turístico a las cuales el hombre se dedica voluntariamente en el tiempo libre, para el desarrollo activo, intelectual y la diversión.
- **Tiempo libre:** Es aquella parte del tiempo que queda después de descartar la relación de actividades laborales, domésticas, fisiológicas y de transportación donde se realizan actividades por libre opción, no obligatorias, a voluntad de los propios individuos.
- **Ocupación del tiempo libre:** Es la utilización del tiempo individual que cada persona dedica a realizar una gama de actividades de contenido físico-recreativo o turístico para lograr un desarrollo integral de su personalidad.
- **Satisfacción recreativa:** Es el estado de regocijo o aceptación que produce en las personas la realización de actividades recreativas determinantes en la satisfacción de las mismas.

- **Juegos recreativos:** Cualquier forma de juego que es utilizado voluntariamente en el tiempo libre y no hay en ellos rigurosidad en la aplicación de reglamentaciones ni necesidades de instalaciones específicas por ser muy variadas. Existe una gran diversidad de dosificaciones para agruparlas.
- **Juegos tradicionales:** Son juegos que a pesar del tiempo transcurrido siguen perdurando, transmitiéndose de generación en generación manteniendo su esencia y que guardan la producción oral de su pueblo. Mediante ellos se desarrollan capacidades motrices como la rapidez, la agilidad, la fuerza, etc.

El trabajo investigativo resulta novedoso, puesto que consiste en la fundamentación teórico metodológica del plan de actividades físico recreativas para contribuir a la Educación Sexual en los adolescentes de 12-15 años del Reparto 5 de septiembre.

Es actual porque permite una visión holística (desarrolladora) en aspectos relacionados con la sexualidad humana, que parte de los adolescentes y se irradia en el entorno comunitario, a la vez que patentiza la necesidad de introducir esta temática como alternativa a la profilaxis y educación sobre determinadas enfermedades.

Capítulo I. Fundamentación Teórica.

1.1. La Educación Sexual : antecedentes y concepciones actuales.

La educación sexual ha sido abordada por diferentes autores. Desde la antigüedad la sexualidad fue vista desde diferentes prismas.

Existen autores que destacan que en tiempos tan lejanos como en el año 1500 a.n.e (Era Paleolítica) surgieron las primeras estatuillas eróticas. Fueron las Venus que presentaban como atributos sexuales vientre y senos exagerados, destinados a la magia de la reproducción.

La familia como vínculo primario del proceso de socialización ha ido evolucionando hacia una forma superior en la medida que la sociedad se desarrolla. Inicialmente existió un estado primario (tribu) en el cual imperaba el comercio sexual promiscuo, de modo que, cada mujer pertenecía igualmente a todos los hombres de la tribu y por supuesto este comercio se aplicaba a todas las mujeres. A esta forma de organización tan primitiva se llamó matrimonio por grupo. Esta familia era consanguínea, solo se excluían las relaciones padre-hijos del comercio sexual recíproco.

Cada sociedad es portadora de determinados valores los cuales son asimilados durante el proceso de formación de la personalidad en las diferentes etapas de su desarrollo en forma de orientaciones valorativas y que constituyen componentes esenciales en la estructura de las mismas.

Este fundamento psicológico descansa en el enfoque socio-cultural de L.S Vigostky. A pesar de que él centró sus trabajos en los procesos cognitivos comprendió la importancia que tenían los estudios de la personalidad para las valoraciones de los procesos afectivos. En este sentido desarrolló los conceptos emoción y vivencia y enfatizó en la necesidad de estudiar el proceso de transformación de las emociones elementales en sentimientos superiores (valores).

Por su parte el psicólogo polaco K. Obujovsky, continuador de las ideas de Vigostky, establece un conjunto de necesidades superiores distintivas del hombre a las que denominó necesidades orientadoras por el rol que desempeñan en el proceso de auto corrección.

En este grupo incluyó tres tipos de necesidades:

1. Las cognitivas
2. Las de contacto emocional
3. Las de sentido de vida.

A partir de las mismas se revelan una serie de comportamientos propios del hombre, que son el reflejo de su escala axiológica y que encuentra explicación motivacional en ellas.

Esta necesidad se traduce en “una cualidad que determina el hecho de que sin la aparición de los valores el hombre no reconoce o no puede reconocer el sentido de la vida, él no puede funcionar correctamente” Obujovsky, 1992.

Los argentinos F. Posse y S. Verdeguer, (1991) realizan algunas reflexiones y plantean que hace millones de años en los protohomínidos, en una .lucha por vencer la gravedad que los atraía hacia la tierra, siguió produciéndose, entre otras cosas, un cambio de posición en la pelvis femenina.

Las mujeres vieron ajustarse la pelvis lo que lleva al nacimiento de bebés prematuros en comparación con la cría de otras especies. Necesitaron entonces que el recién nacido fuera cuidado por más tiempo para sobrevivir y la necesidad de que alguien le suministrara los alimentos y protegiera de las amenazas externas.

En este proceso evolutivo fue necesario que la hembra desarrollara un ciclo sexual diferente para poder acoplar en cualquier momento y que especializara un nuevo órgano. La piel desarrolló gran cantidad de terminaciones nerviosas en ambos sexos. Cada milímetro de cuerpo tiene la capacidad de ser receptor de sensaciones placenteras transformando el motor de vínculo de parejas y uniando sentimientos de amor con deseo sexual.

Jarcher (2000), plantea que sin una correspondiente garantía moral y estética se puede conservar el crecimiento de la sexualidad, pero reencubrir a dicha educación equivale a poner en tela de juicio a una sociedad, pues no todas las personas tienen la debida educación.

La sexualidad humana no solamente es sexo sino también amor. Es la unidad dialéctica que distingue y eleva al hombre por sobre los animales que fue adquirida mediante su interrelación con el medio y con otros seres de la misma especie.

El Doctor SCCHABL, expresa que con el amor, la sexualidad y la conciencia como una unión espiritual fija, nacerán secretos en la vida de la mayoría de las personas, que aunque representan una unidad no constituye una igualdad, sino que presupone diferencias; estas condiciones llevan entonces a que las familias y los profesores estén preparados para desarrollar la capacidad de amar.

Plantearía Vilma Espín...” no solo con la participación de la mujer se logrará una Educación Sexual como parte de la formación del individuo porque se tiene necesidad de enseñarle a hablar, escribir, leer, a todo en la vida y pienso que mundialmente esto es tarea de todos”.

Este aspecto tan importante ha sido descuidado. No hay dudas que ha sido un tabú, quizás por las cuestiones religiosas o por las tradiciones, que la Educación Sexual se condicione como una parte normal en la función del individuo en su interacción.

La educación sexual empieza con la vida, desde que el niño es pequeño, desde que está lactando de la madre y hay cosas que él va percibiendo. Una de ellas es las diferencias entre el padre y la madre pues desde los primeros momentos en que el niño comienza a conocer puede empezar a percibir de forma natural, lo que no es común entre un hombre y una mujer y las funciones que tienen que desempeñar. En la vida se debe conservar la Educación Sexual no como una instrucción en el momento en que hay apetencia sexual, por eso es de gran importancia tratar de preparar a todos los factores que intervienen en la formación de los jóvenes, con el fin de que puedan transmitirles la información que necesitan sobre esta temática, para que vayan preparándolos para la vida familiar con todas las posibilidades de ser felices, teniendo como objetivo máximo precisar aspectos como la fidelidad de una pareja, la felicidad de la familia y la responsabilidad que tienen de criar bien a sus hijos.

Lo importante es que participen en ello el padre y la madre pues a veces se cree que la madre es la única que debe participar en la Educación Sexual, lo cual es verdaderamente un desatino porque es bien seguro que todos los que brinden la debida

importancia a este tema pueden dar respuestas veraces y científicamente balanceadas a la curiosidad de los niños y de los jóvenes de todas las edades en cuanto a la necesaria información del individuo desde los primeros años.

En opinión del Autor de esta investigación la Educación Sexual debe ser objeto de un amplio trabajo por parte de todas las organizaciones e instituciones que influyen en la formación de los adolescentes y jóvenes con el objetivo de librar una gran batalla con respecto a la sexualidad y en esa dirección trabajar toda la sociedad.

En la vida sexual se manifiesta no solo lo que le ha sido dado al hombre por la naturaleza, sino lo que le ha reportado la Cultura. Por las características propias de la sociedad, tanto el matrimonio como la familia y la educación de los hijos están sometidos invariablemente a modificaciones. Es objetivo, a partir de esta concepción, ubicar a la Educación Sexual dentro del conjunto de aspectos que integran la formación de las nuevas generaciones, tales como la educación intelectual, moral, estética y religiosa y política.

Circunscribir a la Educación Sexual en una sola esfera es un error ya que su fin más general es contribuir a que hombres y mujeres aprendan a convivir en armonía, con salud y fidelidad, lo cual se evidencia en cualquier situación.

También es opinión del Autor que el desarrollo de la sexualidad humana es un tema bastante complejo que tiene formas de expresión muy particulares en la vida del hombre y requiere por tanto de una atención específica y directa, nunca debe dejarse a la espontaneidad, pues de ser así se pudiera correr el riesgo de pasar por alto la formación de nuevos valores, intereses y necesidades.

En una de las bibliografías consultadas (Programa Director de Programación y Educación para la salud en el Sistema Nacional de Educación, de un colectivo de autores y colaboradores cubanos) aparecen, dentro de la Educación Sexual los siguientes contenidos:

- Sexo y sexualidad –La sexualidad como parte de la personalidad.
- Identidad de género sexual- Rol de género y orientación sexual.
- Dimensiones y cualidades de la sexualidad.

- El amor como base de las relaciones interpersonales y de las relaciones sexuales-autoestima
- La sexualidad y la formación de valores
- La salud sexual y reproductiva. Planificación familiar métodos anticonceptivos.
- El embarazo precoz, causas y consecuencias. Cómo evitarlo.
- El embarazo no deseado. Causas y consecuencias
- Enfermedades de transmisión sexual ITS/SIDA
- Estabilidad de la familia.
- La violencia y sus manifestaciones.
- La sexualidad en la tercera edad.

También se hace alusión a los objetivos que deben ser logrados por los adolescentes entre los que se encuentran:

- Manifestar hábitos de higiene personal y educativa que se expresen en su conducta cuidadosa y su agradable apariencia personal.
- Expresar buenas relaciones interpersonales y normas de convivencias en su actuación diaria.
- Practicar deportes y/o ejercicios físicos sistemáticos y tener conciencia de que constituyen medios para promover y fortalecer su salud.
- Comprender la sexualidad como parte de su personalidad y actuación en consecuencia asumida como fuente de placer, alegría y bienestar emocional.

Expresan que es una responsabilidad en su actuación diaria hacer que el amor sea la base de las relaciones interpersonales del matrimonio y de la estabilidad de la familia y reflexionar sobre:

- La planificación familiar y la anticoncepción.
- El embarazo en la adolescencia, causas y consecuencias.
- Enfermedades de transmisión sexual ITS/SIDA.

1.1.1 Contribución de la práctica del deporte a la Educación Sexual

La práctica del deporte ayuda a los adolescentes a autoeducarse pues las características de esta etapa, período extraordinariamente complejo del individuo, hace del mismo un ser con grandes capacidades y profundas preocupaciones éticas cuyas

principales divisas se relacionan con su afán de comprender el mundo y de conocerse a sí mismo. Durante esta etapa de la vida se intensifican las motivaciones, los adolescentes buscan respuestas a muchos problemas fisiológicos con el objetivo de relacionarse con los individuos, en el sentido de la felicidad, de la amistad, del amor y de otros aspectos de carácter ético acerca de las relaciones sociales. A pesar de que en la adolescencia se experimenta fundamentalmente el hermoso sentimiento del amor los adolescentes no están en condiciones óptimas para establecer relaciones amorosas que condicionen un matrimonio precoz.

Es muy cierto que los adolescentes no son niños, pero no es menos cierto que tampoco son adultos, es una etapa de tránsito en la cual la personalidad se está preparando en muchos sentidos, ellos por tanto quieren decidir; pero por lo general no son capaces de mantener vínculos amorosos estables que puedan llevarlos a un matrimonio duradero.

Es en el marco de esfuerzos conjuntos, de disfrutar sanas actividades deportivas y recreativas, donde los jóvenes se conocen más profundamente y donde posteriormente puede nacer el bello sentimiento del amor. La sociedad favorece al máximo estas condiciones si se estructura la educación de forma conjunta para los jóvenes de ambos sexos, es decir la coeducación, que ha de propiciar la igualdad plena de deberes y derechos entre hombres y mujeres y enraizar los cargos de caballerosidad proletaria.

En opinión del autor los juegos y sus manifestaciones constituyen campos muy interesantes para la ciencia educativa pues permiten a la vez educar las expresiones, ideas y las manifestaciones anímicas que caracterizan el desenvolvimiento del niño y del adolescente.

1.2- La adolescencia. Particularidades generales.

1.2.1 Caracterización bio- morfo- funcional.

Sistema circulatorio:

En la adolescencia, durante el período de maduración sexual, aumenta el volumen del corazón en correspondencia con el aumento del organismo, en casos de adolescentes que no realizan actividad física el crecimiento del corazón se retrasa. En la medida en

que el corazón crece aumenta el volumen sistólico. La frecuencia cardíaca en edades tempranas es muy alta, la que empieza a reducirse con el paso de los años.

Músculos:

En estas edades los músculos que sirven de apoyo en la columna vertebral, pelvis y extremidades inferiores presentan una insuficiente consistencia y cuando la organización de las actividades del niño es incorrecta repercute negativamente en el futuro desarrollo locomotor del mismo, o sea, se producen desviaciones óseas.

A medida que avanza la edad el sistema muscular se fortalece aumentando de volumen por el engrosamiento de las fibras, se desarrolla la musculatura del tronco, tórax, espalda, las extremidades y los pequeños músculos de las manos y los pies se encuentran en proceso de desarrollo.

Sistema respiratorio.

Con el avance de la edad predomina el aumento de la profundidad respiratoria y la disminución de la frecuencia respiratoria.

La profundidad y frecuencia respiratoria varía pues la cantidad de aire que toma un niño en inspiración forzada es menor que la de un adolescente.

Sistema nervioso central.

El cerebro es el órgano regulador de la coordinación de los movimientos y del tono muscular.

Entre los 7 y 14 años se produce una maduración general del sistema nervioso debido al perfeccionamiento de las funciones que tienen su base en la actividad nerviosa. Cuando ocurren estos cambios en el organismo se consideran como la alteración de homeostasis producto de la actividad física, ya sea por el trabajo de una determinada capacidad motriz condicional, coordinativa o durante la enseñanza o consolidación de un elemento técnico.

En el desarrollo de estos juegos participan una gran cantidad de músculos y articulaciones destacándose fundamentalmente el tríceps, glúteo menor, bíceps braquial, pectorales, cuádriceps, bíceps femoral y poplíteo. Dentro de las articulaciones participantes se encuentran el húmero radial, coxofemoral, la escápulo humeral, fémoro tibial rotuliana y el tibio peroneo astragalina.

Es meritorio destacar que el desarrollo de los juegos se da en condiciones anaeróbicas alácticas y lácticas. Si la dirección de la carga es anaerobia se producen cambios como:

- Incremento del creatín fosfato garantizando que la capacidad del sistema se incremente.
- Se incrementa la creatín fosfoquinaza.
- Hipertrofia muscular de las fibras blancas tipo dos.
- Incremento del glucógeno muscular.
- Se incrementa la enzima fosfofructo quinaza y lactato deshidrogenasa.
- La red de capilares sanguíneos no se incrementa ni las mitocondrias.

En el sistema anaerobio láctico:

- Se incrementa el glucógeno muscular y la capacidad para degradar la glucosa.
- Incremento de las enzimas fosfofructo quinaza y lactato deshidrogenasa.
- Hipertrofia muscular de las fibras dos.
- Se incrementa la tolerancia al ácido láctico, así como la capacidad para eliminarlo.

1.2.2 Caracterización psicológica.

Esta es una etapa de cambios biológicos, sociales y psicológico, estos últimos centrados en las esferas afectivas, cognitivas y la motricidad también sufre cambios.

Susan P.D. Weiss y Elvia Trujillo en su libro “Yo adolescente”, ilustra los cambios que puedan darse en esta etapa. Similar trabajo realizó José Luís Valdés Medina.

Dentro de los cambios biológicos podemos mencionar la variación de los parámetros peso-talla, mayor crecimiento del componente óseo que del muscular, lo que afecta la coordinación motriz, ocurre la maduración sexual y la masa del corazón aumenta en dos veces. Estas modificaciones traen consigo sueño, torpeza, distracción negativa, que hacen que los jóvenes se sientan avergonzados.

En cambio, la necesidad de una diversidad de movimientos más la tendencia al cansancio nos da la posibilidad de explotar la actividad física como vía de motivación.

Dentro de las características psicológicas del adolescente está la inmersión en otros tipos de actividades como artísticas, recreativas, deportivas y profundiza la relación con

los coetáneos, lo cual constituye fuente de vivencias y reflexiones. En esta etapa la familia tiene que jugar su papel mediante la comunicación con el adolescente.

A pesar del carácter de independencia y decisiones grupales que se manifiestan en esta etapa, la opinión de los adultos sigue teniendo importancia en la vida de los adolescentes. En el área cognitiva la atención se perfecciona aumentando sus posibilidades físico-psíquicas, la percepción se enriquece, se hace más organizada, favoreciendo la observación y la reflexión. Ocurre un desarrollo de la memoria lógica-verbal por tanto la imaginación es más productiva, lo que le permite interrelacionar sus proyectos personales con los sociales. La motivación presenta necesidades crecientes de independencia, expresadas en su jerarquía de motivos visto en su aceptación por el grupo. En las emociones y sentimientos se manifiestan gran sensibilidad y afectividad. Sus vivencias son ricas, variadas, complejas y contradictorias con los adultos, sus sentimientos son más profundos y variados. El aumento de las exigencias en el mundo en que se mueve el adolescente hace que su voluntad se condicione tratando de conseguir propósitos a toda costa. Se subordinan a las nuevas exigencias, siempre que las consideren justas, pero llegan a desarrollar cualidades volitivas como la valentía, independencia, iniciativa y toma de decisiones.

Las relaciones interpersonales entre adolescentes.

En el grupo, tanto formal como informal (amigos y vecinos) las relaciones interpersonales se convierten en un motivo esencial de la conducta, pues existe ante todo, la necesidad de un lugar en la aceptación social jugando un papel decisivo en su estado emocional.

La importancia del grupo

La importancia del grupo en la formación del adolescente fue destacado por Bozhovich quien planteó que la opinión del grupo se convierte en motivo esencial para que se produzca la transformación del adolescente hacia formas superiores de crecimiento, pero para ello tiene que estar acompañado de un fuerte trabajo por parte del medio y la familia en la organización de la opinión social del grupo.

Por tanto uno de los aspectos en los que debe hacerse hincapié para funcionar correctamente desde todos los puntos de vista, es la labor de Educación Sexual con los adolescentes, aspecto en el que radica la novedad de este trabajo y su aporte social.

Para Kresh y Crutchfield el término de grupo pequeño se refiere al número de 2 o más personas, las cuales establecen relaciones netamente psicológicas.

Homans, G. Considera que un grupo se define por la interacción de sus miembros y por la comunicación que pueden establecer entre ellos.

Estas definiciones no marxistas analizan el grupo pequeño como una comunidad psicológica de carácter emocional en el cual sus miembros establecen entre ellos relaciones de comunicación.

Sociólogos y Pedagogos trabajan este concepto de la siguiente forma:

Grupo pequeño: es parte del medio social en el cual ocurre la vida diaria del hombre y en una medida significativa determina su conducta social, determina los motivos concretos de su actividad e influye en la formación de su personalidad (A. S. Makarenko, K. K. Platonov e I. S. Kon).

Según la autora M. Fuentes las características más relevantes de un pequeño grupo son:

1. Presencia de contacto directo entre sus miembros.
2. La presencia de una actividad común resulta la base para el desarrollo de las interpelaciones entre los miembros del grupo, pudiendo compartir criterios ajenos.
3. Existencia de normas conductuales que son aprobadas y controladas por la membresía.

Según Devev, L, lo que caracteriza al grupo como un sistema social son:

- Número de elementos.
- Relaciones entre sus miembros.
- El trabajo conjunto.
- La coordinación y la complementación de la actividad.
- Los proceso de organización y dirección.
- Intereses y fines comunes.

Esta muestra se ubica dentro de la clasificación del grupo real que se caracteriza por ser un grupo de personas que existen en tiempo y espacio común y unificado por relaciones reales, que tiene como objetivo culminar los estudios secundarios, prevalecen los mismos intereses es decir la compañía, criterio de sus coetáneos y se asumen conductas relacionadas con la educación sexual.

Estos adolescentes se encuentran en la etapa de desarrollo entre los 12-15 años. Representa el paso de una etapa de la vida a otra, ya que estamos en presencia de un periodo donde comienza la transición entre la niñez y la adultez.

En fin es una etapa distinta por sus características biológicas, sociales, cognitivas, afectivas, motrices y por las transformaciones psicológicas adquiridas, sin menospreciar por supuesto, la coexistencia de rasgos infantiles y adultos, pero teniendo en cuenta la presencia de cualidades psíquicas más maduras, con una heterogeneidad de manifestaciones donde se encuentran algunos factores que frenan o que acentúan los rasgos adultos.

Los grupos en la vida del hombre y la sociedad tienen un gran significado, es por eso que se le ha dedicado desde hace algún tiempo mucha reflexión y análisis. La sociología al igual que otras ciencias como la filosofía, la pedagogía y la psicología se han dedicado por entero a su estudio ya que todas tienen en su centro al hombre.

1.3- La Recreación.

Abordar la Recreación no solo como proceso sociocultural, sino como fenómeno esencial en el campo de las actividades humanas, es: superar la conceptualización de lo recreativo y llegar al modo de calificar el acto concreto y satisfactor de cierta necesidad humana.

Para Joffre Dumazedier, destacado sociólogo francés dedicado a los estudios del tiempo libre; **Recreación** “es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo, para descansar, para divertirse o para desarrollar su información

o su formación desinteresada, tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales".

Es una definición esencialmente descriptiva, aunque popularmente conocida como la de las tres "D": Descanso, Diversión y Desarrollo.

Otra definición bastante escuchada, por englobar los principales aspectos que los diferentes autores incluyen en múltiples definiciones es la del profesor norteamericano Harry A. Overstrut quien plantea que: "La Recreación es el desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre en el tiempo libre, con tendencia a satisfacer ansias psico - espirituales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización". En esta definición el elemento socialización imprime un sello que particularmente la distingue por cuanto es uno de los aspectos de más resonancia en las funciones de la Recreación, sin embargo, en ella no queda preciso el hecho del desarrollo que propicia al individuo.

Una muy aceptable y completa definición fue elaborada en Argentina, durante una Convención realizada en 1967, que mantiene su plena vigencia y plantea:

"La Recreación es aquella actividad humana, libre, placentera, efectuada individual o colectivamente, destinada a perfeccionar al hombre. Le brinda la oportunidad de emplear su tiempo libre en ocupaciones espontáneas u organizadas, que le permiten volver al mundo vital de la naturaleza y lo incorporan al mundo creador de la cultura, que sirven a su integración comunitaria y al encuentro de su propio Yo y que propenden, en última instancia, a su plenitud y a su felicidad".

Lo *recreativo* aparece como una actitud vinculada con el ejercicio del verdadero tiempo libre, durante el cual el individuo puede actuar de forma auto condicionada, lo que quiere decir: con sentido lúdico. Quienes asumen el trabajo como si fuera un juego obtienen placer en lo que hacen, disfrutan del proceso tanto o más que del resultado y en consecuencia alcanzan un reconfortante estado de *recreación*, que significa volver a crearse, desarrollarse en lo individual o en lo social. Este acto recreativo, de reproducción de las capacidades físicas y espirituales del hombre, puede evaluarse generalmente a partir de *"No dejamos de jugar porque envejecemos, sino que envejecemos porque dejamos de jugar"*.

La verdadera recreación es la que potencia la obtención de experiencias vivenciales positivas que enriquezcan la memoria y permitan la vitalidad del individuo a través del recuerdo. A ella se opone el simple entretenimiento.

La recreación es participación. El reto que se impone a los encargados de atender la recreación de las personas es concebir actividades que se inscriban dentro de un ocio asumido como verdadero tiempo libre y no como tiempo de consumo, como un real acto de participación y no como entretenimiento para la evasión con el que se pretenda "vender un producto recreativo" sin tener en cuenta las reales y fundamentales motivaciones personales de los participantes, sino esas que les harían involucrarse a motivaciones, involucrarse a plenitud, sin convencionalismos ni limitaciones de cualquier índole y disfrutar del desarrollo de la actividad sin esperar nada material a cambio por sus resultados.

1.3.1 Los Beneficios de la Recreación.

Hablar de beneficios de la Recreación es referirse a desarrollo humano y calidad de vida. En todo caso, el desarrollo humano es una condición que exige la posibilidad de las personas para el ejercicio de su libertad, lo cual significa responsabilidad y compromiso social con plena capacidad para la toma de decisiones. La Lúdica en sus diversas manifestaciones, como sistema de acciones auto condicionadas ofrece a los seres humanos la vía más efectiva para el entrenamiento del ejercicio de su libertad desde las edades más tempranas y a todo lo largo de la vida.

Todo esto garantiza la calidad de vida que tiene que ver con estilos de vida saludable, la satisfacción personal, la alegría de vivir, el disfrute de la existencia. Es un indicador de desarrollo humano, aunque no siempre infiera estilos de vida de la mayor calidad. La modernidad enajenante que caracteriza a las sociedades de consumo, si bien puede ser expresión de determinados niveles de desarrollo desde el bienestar en lo material, conspira contra la calidad de la vida al desencadenar la pérdida de valores, la devastación ecológica, la degradación moral y la destrucción física de la propia Humanidad.

La incorporación de los valores al proceso implanta la necesidad de evaluar los proyectos recreativos mediante beneficios vinculados con el desarrollo humano y la

calidad de vida, es decir, con valores finales, superando la práctica de medir solamente las cifras de participación en actividades recreativas.

1.3.2 La Lúdica en la Recreación.

El concepto de la *Lúdica* es poco manejado en el contexto de nuestra sociedad. Generalmente se le limita a la interpretación de los juegos infantiles. Se ignora que esta categoría define uno de los procesos más abarcadores e interesantes de la cultura.

En su conocida obra "*Homo Luden*" el historiador holandés *Joan Huizinga* reconoce lo lúdico como esfera general de actividad humana en toda época y en todo lugar: "Una cultura auténtica -escribe- no puede subsistir sin cierto contenido lúdico, porque la cultura supone cierta auto limitación y auto dominio, cierta capacidad de no ver en las propias tendencias lo más excelso, en una palabra: el reconocer que se halla encerrada dentro de ciertos límites libremente reconocidos. La cultura exige siempre, en cierto sentido, "ser jugada" en un convenio recíproco sobre las reglas..."

Dentro de las múltiples manifestaciones de lo lúdico, el juego tiene el papel principal, justamente porque permite la construcción de un modelo simbólico de la realidad, en el cual el ser humano de cualquier edad, sexo o clase social sumergido en él, podrá erigir sus sistemas de poder que le permitan comprender mejor y ser positivamente asimilado por los sistemas mayores a su individualidad, que constituyen la familia, la comunidad y la humanidad en su totalidad. El juego es la única acción antropológica que facilita el aprendizaje sin efectos traumáticos por los errores que se cometan durante el proceso, como sí ocurre en la esfera social o laboral de la actividad humana, pues siempre será posible variar las reglas para hacer posible la aceptación de las alternativas que pudieran surgir sobre la marcha, lo que le confiere una posibilidad singular a los efectos educacionales y de desarrollo de la creatividad desde las edades más tempranas.

La Lúdica, como satisfactor del desarrollo humano, ha de contribuir notablemente en los campos de la educación, la salud, las artes, las ciencias, el deporte, la asistencia social, el trabajo, la solidaridad internacional y en general en todas las esferas que conforman el gran mosaico de la cultura humana. Proyectos recreativos que estimulen principalmente entre los niños, adolescentes y jóvenes la práctica de juegos acordes

con el sistema de valores han de inscribirse dentro de los recursos y herramientas de una recreación sana y superior en el marco de las comunidades.

Así, la *Lúdica*, como categoría superior, se concreta mediante las formas específicas que asume, en todo caso, como expresión de la cultura, en un determinado contexto de tiempo y espacio. Una de esas formas es el juego o actividad lúdica por excelencia y también lo son las diversas manifestaciones del espectáculo y la fiesta. En la comicidad de los pueblos, en el afán creador del quehacer laboral y por supuesto, en la relación afectiva y el sublime acto de amor en la pareja, está presente la magia del *simbolismo lúdico*, que transporta a los participantes hacia una dimensión espacio-temporal paralela a lo real, estimulando los recursos de la fantasía, la imaginación y la creatividad.

La necesidad lúdica surge en la cuna y no desaparece ya a todo lo largo de la vida. Si bien en las edades infantiles el juego ha de contribuir a la formación de la personalidad y de las capacidades físicas y mentales del individuo, durante la adolescencia, la juventud y la adultez tendrá como misión esencial reafirmar su posibilidad de enfrentar y resolver los retos que le plantea la existencia. Esto es: el desarrollo de sus aptitudes para aplicar estrategias de pensamiento con las que pueda salir adelante en cualquier situación, el fortalecimiento de la voluntad y la toma de decisiones, la integración a colectivos humanos para incrementar sus esferas de influencia sobre la base de la cooperación y la reafirmación de la autoestima a partir de una cabal comprensión de sus potencialidades.

La integración al colectivo como vía para incrementar sus esferas de influencia, el sacrificio de la individualidad en aras del interés general, la disposición a transformar la realidad, la tendencia al mayor perfeccionamiento personal, el incremento de la voluntad y la autoestima, la maduración del intelecto y del pensamiento creativo, son propósitos que el ser humano tiene la posibilidad de alcanzar mediante la actividad lúdica, preparándose desde la infancia para la vida en el contexto de los sistemas de poder que rigen su sociedad, bajo el universal estímulo del desarrollo en el ascenso cualitativo hacia las etapas superiores que dan cima a la condición humana.

Las tradiciones y la actividad creativa en el campo de la Lúdica forman parte importante de estos lenguajes y por tanto del desarrollo cultural de los pueblos.

Entre las condiciones del desarrollo de una comunidad, la promoción de recursos educativos y culturales ocupa lugar destacado por tres poderosas razones, esenciales en los procesos de transformación social:

- El refuerzo de la *identidad*, para que sus miembros se reconozcan mutuamente y desarrollen los sentimientos de pertenencia a la misma.
- El refuerzo de la *solidaridad*, por la dimensión colectiva que propician las acciones de cooperación.
- El refuerzo de la *participación*, al percibirla como un peldaño hacia las responsabilidades en las diversas esferas de la vida social.

Cuando una comunidad debe hallar soluciones a sus propias interpretaciones del futuro y recabar nuevos recursos para hacer frente a crisis de reacondicionamiento social, ha de recurrir a un indispensable análisis de sus potencialidades culturales y determinar en ellas la vigencia de los recursos de *identidad*, *solidaridad* y *participación*, en un ejercicio de reafirmación de lo autóctono frente a las pretensiones de penetración y de dominación provenientes de culturas ajenas, sobre todo cuando estas, basadas en el individualismo, la competición irracional y violenta, el afán consumista y la discriminación de diverso tipo, puedan resultarle marcadamente agresivas.

El juego, como singular manifestación cultural de los pueblos, es parte importantísima de tal propósito de reafirmación, en la extraordinaria medida que se deriva de ser un recurso vital para el desarrollo integral del ser humano desde la infancia y a todo lo largo de su existencia.

1.4- La Recreación Física.

Partiendo del concepto de Recreación, anteriormente abordado, en este caso se especifica el tipo de contenido que deben poseer estas actividades puesto que se mantiene que debe ser practicada en tiempo libre, a voluntad de los participantes, que brinde satisfacción inmediata, una forma de descanso activo en la cual el hombre se divierte y logra desarrollo de su personalidad y de sus capacidades físicas, estando aceptada la definición brindada por Pérez (2003), quien acota: ...“es el conjunto de actividades de contenido físico – deportivo o turístico a las cuales el hombre se dedica

voluntariamente en su tiempo libre, para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual”

Claro está, al plantear que es un conjunto de actividades con contenido físico – deportivo, recoge todas aquellas actividades que cumplen con los principios de las actividades en función recreativa y que pueden ser de las más variadas, representadas en juegos, deportes y otras, pero también aquellas en función de las posturas que pueda asumir el hombre, entretenimiento, competencia, prácticas sistemáticas, entrenamientos, etc.

Entonces se asume que, la recreación física, es toda la actividad de contenido físico, deportivo y turístico a las que se dedica el hombre en el tiempo libre con fines de entretenimiento, esparcimiento al aire libre, competición o prácticas sistemáticas de actividades específicas, siempre y cuando prime su voluntad y la selección de cuándo, cómo y dónde las realiza en función de su desarrollo personal.

A lo que llamamos Recreación Física, se le conoce indistintamente en varios países como deporte de masas, deportes para todos, cultura física popular, deporte no calificado, etc, es decir que en la recreación física el hombre puede dedicarse desde distintos puntos de vista, tales como:

- Participación en actividades recreativo-físicas diversas, de forma sistemática o no, convocada en momentos determinados (juegos, competencias, entretenimientos, deportes, actividades físicas en la naturaleza, etc.)
- La práctica sistemática de un deporte de preferencia, en interrelación con otros practicantes sin que medie un pedagogo o un profesor.
- Participación en actividades físicas de tiempo libre como un proceso pedagógico organizado y dirigido por profesores de la Recreación Física.

Estas persiguen como objetivo principal la satisfacción de necesidades de movimiento del hombre para lograr como resultado final salud y alegría, de aquí se puede inferir la gran importancia que revisten para la sociedad. Su planificación y programación dependen en gran medida de la edad de los participantes, los gustos e intereses de estos, así como la cultura requerida para su realización. La programación y ofertas de actividades recreativas debe ser de la preferencia de la sociedad, a fin de que responda

a los intereses comunes e individuales, lo cual tributa a la conservación del carácter motivacional y recreativo de la actividad.

1.4.1 Recreación Física y Comunidad.

Dentro del espacio problémico que ocupa el proceso de la actividades físicas y recreativas está el conocimiento acerca de las principales tendencias que en este campo se perfilan, en tal sentido es de suma importancia conocer las concepciones que se han manifestado en la comunidad en relación con las actividades físicas y recreativas de los adolescentes durante su evolución y desarrollo, así como la valoración acerca de su conceptualización y caracterización, las cuales se ven reflejadas en los principales momentos por los que ha atravesado el proceso de actividades físicas y recreativas dentro de la sociedad.

Arribar a una valoración crítica sobre las actividades físicas y comunitarias de los adolescentes conduce a plantear la necesidad de una valorización que refuerce la identidad, robusteciendo la autoestima y el auto reconocimiento social de ellos, elevando su calidad de vida de manera que construyan sus propios intereses sociales y den un sentido a la socialización dentro de la comunidad en la medida que sus posibilidades se lo permitan.

Las claves para comprender la especificidad de las actividades físicas y comunitarias, en correspondencia con el encargo social de la comunidad, que es elevado y complejo, se van revelando al hurgar en los procesos compensatorios que surgen en el desarrollo de los adolescentes.

1.4.2 Recreación Física para un grupo urbano o comunitario.

El grupo urbano o comunidad es un determinado conjunto o espacio residencial en los que existe determinada organización territorial. En correspondencia con las construcciones urbanas y los asentamientos poblacionales se hace imprescindible la organización de la recreación física en su seno, como vía para el uso del tiempo libre y la satisfacción de las necesidades recreativo-físicas de esas poblaciones, con la concepción de que no hay que trasladarse para disfrutar de una agradable actividad recreativa. Se deben crear adecuadas condiciones para organizar las actividades recreativo-físicas lo más cerca posible de las viviendas, utilizando los terrenos que

existen entre las edificaciones o acondicionando áreas específicas con el concurso y colaboración de todos.

En la programación y proyectos recreativos comunitarios debe aprovecharse básicamente el tiempo libre entre semana, el cual al no ser amplio podría perderse en una larga caminata o viaje para llegar a un centro especializado. La organización de los vecinos, convirtiéndose en protagonistas conjuntamente con instituciones y organizaciones, en la realización de actividades recreativo-físicas crea excelentes condiciones para un uso educativo y creativo del tiempo libre, a la vez que incide de manera particular en el mejoramiento de la calidad de vida de ellos.

La Recreación como elemento de la cultura del hombre debe ser tratada en el desarrollo local con un nivel de consideración consciente por lo planteado con anterioridad en relación a la economía, salud y educación; no debiendo existir un programa de construcción de viviendas sin la planificación de áreas de recreación física en las que se lleve adelante el programa y proyectos comunitarios de actividades.

Espacios para la realización de actividades físicas de tiempo libre se pueden acondicionar a niveles de zonas, circunscripciones y cuadras que por un lado evitarían el traslado para la ejecución de actividades y por el otro permitirían conservar y cuidar el medio ambiente puesto que son espacios donde se podrían formar pequeños vertederos, solares yermos que dan lugar a que proliferen vectores dañinos a la salud del hombre.

La participación de los vecinos en las actividades recreativo-físicas crea y desarrolla: buenas relaciones sociales, sentido de pertenencia zonal, conciencia y hábitos de práctica de las actividades físicas, preservación de la propiedad social y del medio ambiente, conciencia de participación por la comunidad, así como estilos de vida saludables.

1.4.3 Recreación Física en el consejo popular.

El consejo popular es la estructura socio – política que responde a la estructura municipal y expresa la gobernabilidad en lo económico, político y social de la población. Está integrado por un grupo de circunscripciones y en el mismo se representan los organismos, instituciones, organizaciones, centros de trabajo, empresas, etc. La Cultura

Física está representada en los consejos populares por los combinados o centros deportivos, los que deben proyectar el desarrollo de la cultura física. Con relación a la recreación física debe poseer los sistemas de información de cada una de las circunscripciones y en correspondencia con las necesidades recreativo-físicas y su integración posibilita la planificación estratégica de las actividades físicas de tiempo libre en el consejo popular.

1.4.4 Recreación Física en el ámbito de circunscripción.

La recreación física en el ámbito de la circunscripción posibilita la expresión de las actividades con características esencialmente locales, donde se expresan y condicionan las necesidades recreativo-físicas de acuerdo al medio geográfico y a las tradiciones del lugar. Como forma organizativa puede reunir características que la asemejan a la recreación para grupos urbanos o comunitarios, como estructura de gobernabilidad en la localidad puede integrar a varios grupos urbanos y comunidades. Cada circunscripción debe poseer su “sistema de información y conocimientos sobre las necesidades recreativo-físicas” como expresión de fenómeno local que permita la proyección estratégica de la recreación física de acuerdo a las necesidades, es decir los intereses de acuerdo a la edad, las manifestaciones que para cada grupo de edad es necesario proyectar en aras del desarrollo humano local.

1.5- La Gestión y Programación de la Recreación Física.

Una de las estrategias a considerar en cualquier planificación de la actividad física de tiempo libre es el análisis externo, entre los que se consideran todos los factores externos que pueden impactar a la estrategia; entre ellos se sitúa el análisis del participante. Consumir una actividad físico-deportiva significa tener unos motivos, ya bien sea, para realizar deporte o para contemplarlo (consumidor como espectador). Las motivaciones deportivas han sido consideradas como elemento clave para el análisis de la conducta del consumidor tal y como afirman Luna-Arocas, Mundina y Quintanilla "El marketing como estrategia centrada en el consumidor basa gran parte de sus acciones en el conocimiento del mercado. Por ello, el análisis del consumidor y de las motivaciones como elemento básico de la implicación, se convierten en elementos claves del pensamiento o sistema". Ello ha permitido que se utilicen las motivaciones

como variables de criterios en las estrategias de segmentación de mercado y por lo tanto que se adecuen mejor los intercambios entre los participantes y las instituciones.

Campos, C. (1998 – 2002) señala que los estudios sobre los hábitos recreativo-físico-deportivos han marcado un acercamiento sociológico clásico a la literatura del marketing del deporte de tiempo libre.

Dichos estudios destacan la importancia del deporte como ejercicio físico, como diversión y como preferencia personal (1980, 1985, 1993). Variables relevantes fueron los aspectos sociales, el mantener la línea, la reproducción, la competición o la imagen personal como motivador del deporte, que han sido destacadas por Balibrea y Carrión (1999) como uno de los principales motivadores de nuestra sociedad actual, además del deporte como diversión, como reproducción y como relación social. Otras encontradas fueron la relación con la naturaleza, la mejora de la salud, la competición y el reto personal.

Las necesidades recreativo-físicas de la población del municipio y los consejos populares es parte del sistema de información y conocimientos para la toma de decisiones en la satisfacción de las necesidades de movimiento de la población de los distintos grupos de edades, debido a que las actividades recreativas como fenómeno local difieren de un consejo a otro, de un municipio a otro, pues dependen de un grupo de factores que hacen diferenciar la estructura del tiempo libre de una zona a otra.

Ahora bien, el conocimiento de las necesidades, preferencias y gustos no solo es lo que llaman gestión de las actividades recreativo-físicas, en esta última existe un grupo de acciones que junto a las mencionadas permiten la satisfacción de los participantes. Se habla indistintamente en el proceso de la recreación de variables tales como: gustos, preferencias, necesidades, intereses, oferta, demanda y aunque todas deben ocupar su lugar durante la gestión de las actividades físicas de tiempo libre, las mismas deben observarse de la siguiente manera:

Gustos: Son aquellas actividades físicas de tiempo libre por las que se inclinan y optan los participantes de acuerdo a criterios individuales sin importar el grado de conocimientos, habilidades o hábitos para la práctica de las mismas.

Intereses: Los mismos están relacionados con los gustos, dependen de las individualidades condicionadas por las posturas de los participantes, la forma y lugar de

realización, el cómo realizarlas y con quiénes realizarlas, las dimensiones del tiempo libre, entre otras.

Preferencias: Las preferencias recreativo-físicas son el orden de ejecución que el hombre establece en relación a sus gustos y en relación directa con sus intereses; las preferencias en muchas ocasiones se establecen en función del conocimiento, habilidades y hábitos que se tenga con relación a las actividades a ejecutar.

Las necesidades: El hombre necesita cada vez más de la realización de movimientos físicos programados que se logran, en este caso, mediante la actividad física de tiempo libre. Ellos deben ser dosificados en función de la edad para que surtan efecto en el organismo, en la prevención de la salud y el rendimiento físico; estas necesidades de movimiento el hombre trata de satisfacerlas en la relación que establece a través de sus gustos, intereses y preferencias recreativas.

Estas cuatro variables que se utilizan indistintamente para referirnos a las actividades por las que opta el hombre en su tiempo libre son importantes en la gestión del proceso de la recreación a nivel local y de ellas se derivan otras dos variables a las que se denominan:

Demanda: La demanda es la que surge de los gustos, preferencias, intereses y necesidades de la población de las distintas edades ya sea en la escuela, centro de trabajo, circunscripción, asentamiento o comunidad rural y las que deben ser suplidas con una gestión por las autoridades, organismos, instituciones, organizaciones que forman el sistema de la recreación a nivel local.

Oferta: Esta variable es el resultado en la toma de decisiones del sistema de la recreación ante el volumen de información que se diagnosticó para la determinación de los gustos, intereses y preferencias.

Otro de los elementos importantes a tener en cuenta en las necesidades e intereses recreativo-físicas en el consejo motivo de estudio es diagnosticar acertadamente no solo los intereses, gustos, o partiendo de estas las preferencias de los distintos grupos de edades. Es importante además tener en cuenta la disponibilidad y la posibilidad de las personas a las que se dirigen los programas recreativo-físicos. En la esfera de la práctica de actividades físico-deportivas hay un hecho que se advierte con meridiana

claridad y es que es empíricamente demostrable la progresiva importancia que en Cuba en los últimos años ha venido adquiriendo el deporte en su dimensión de práctica individual y colectiva. Una parte creciente de la población ha ido incorporando paulatinamente el hecho deportivo a su estilo de vida.

Ahora bien, este incremento de la práctica deportiva no ha sido en modo alguno unidireccional. Hemos asistido a un marcado proceso de diferenciación de la demanda de práctica deportiva, al que no ha sabido responder adecuadamente el sistema de la oferta deportiva. Ello ha ocasionado que la oferta deportiva actual diste mucho de ir en consonancia con la diversidad y continua evolución de la demanda. Tan solo expondremos algunos indicadores que lo demuestran:

- El indicador del nivel de insatisfacción ($\text{demanda insatisfecha} / \text{demanda total}$) de la población en los distintos grupos de edades con su práctica deportiva.
- El coeficiente de expansión de la demanda ($\text{demanda total} / \text{demanda actual}$)
- El indicador de actividad ($\text{demanda actual} / \text{número total de los que practican o han practicado}$).

Esa diversidad de la que hablábamos anteriormente es, precisamente, una de las condicionantes que más va a exigir nuevas fórmulas organizativas y de gestión para las actividades físicas de tiempo libre, a fin de coordinar la correcta interacción entre oferta y demanda recreativo-física. Amparándonos en el motivo reseñado anteriormente es que podemos plantear como problema a investigar el hecho que aparece explicitado a continuación con las siguientes palabras: La escasa adecuación de la oferta a la demanda deportiva como fruto de un incorrecto modelo de gestión.

Se conoce que las tendencias humanas hacia ciertas formas de actividad están influidas por su preparación física y mental, por el nivel de cultura, por la edad, por el sexo, por el temperamento y que naturalmente, el medio ambiente entrará en condición o canalizará las formas de ajuste, de acuerdo al concepto social que se tenga de la recreación. De aquí que los programas de recreación, en cualquiera de sus formas, deban caracterizarse por la riqueza en la variedad de formas y de oportunidades que se ofrezcan a fin de satisfacer los más variados intereses.

Diseño y evaluación del plan de actividades recreativas.

Al tener fijados los objetivos del plan, se procede con los datos que se poseen a seleccionar las actividades recreativas que se afectan, debe constituir una amplia gama que se define por la necesidad de intereses que representan la variedad de factores de la actividad del hombre y que la calidad de las actividades a ofrecer se mide socialmente en su relación con el nivel de desarrollo que en la sociedad concreta presentan las actividades recreativas.

Con las actividades seleccionadas, teniendo en cuenta la anterior valoración se procede a poner en ejecución el plan de actividades físico-recreativas creadas (oferta recreativa), en él es condición primordial la utilización objetiva de la infraestructura existente, la creación esencial de lo que verdaderamente se necesita.

El plan de actividades físico recreativas es el resultado de la programación y de él se derivan los proyectos y actividades.

Debe contener los siguientes cinco enfoques, para ser considerado equilibrado e integral, no debiéndose emplear un solo enfoque, sino la combinación de ellos:

- a. Enfoque Tradicional: Se basa en la actividad o conjunto de ellas que se han realizado.
- b. Enfoque de Actualidad: Está basado en el contexto, retomando aquellas actividades o servicios que están de moda, es decir, por imitación se adoptan las actividades novedosas.
- c. Enfoque de Opinión y Deseos: Se basa en el usuario o en la población de la que, a través de encuestas o inventarios, se obtienen datos sobre las actividades recreativas que deseen realizar.
- d. Enfoque Autoritario: Está basado en el programador. La experiencia del especialista y sus opiniones, vertidas en un plan, cuentan.
- e. Enfoque Socio-Político: Basado en la institución, de quien se derivan líneas y normas para la formación del mismo.

Un plan de actividades físico recreativas debe contener todas las áreas de expresión para ser considerado integral, sin embargo y de acuerdo con los intereses de la población, habrá que seleccionar aquellas áreas y actividades que mejor sean aceptadas.

Entre las características que debe reunir este plan para que sea balanceado y efectivo se encuentran:

Equilibrio:

- Entre las diferentes actividades: El plan debe ofrecer en lo posible la misma cantidad de actividades en las áreas de música, deportes, etc.
- Entre las distintas edades: Posibilita la participación de los adolescentes (12-15 años)
- Entre los sexos: Dar la oportunidad de que participen hombres y mujeres.
- Entre las actividades formales e informales.

Diversidad:

- El plan debe comprender un amplio espectro de actividades para todos los gustos y necesidades.
- Referida a la organización y la presentación de la actividad en forma distinta.
- Diversidad de niveles de acuerdo al grado de habilidades de cada participante.

Variedad:

- Al presentar actividades especiales que rompen la rutina y motivan la participación.
- Al complementar el plan con otras actividades.

Flexibilidad:

- Para responder a las necesidades cambiantes de los participantes.
- Para adicionar actividades nuevas que respondan a demandas especiales.

Enfatizamos que un elemento de primer orden en el proceso de Programación Recreativa es crear una oferta recreativa movilizativa, aceptada, educativa y creativa, pero no sobre la base de la demanda irracional, de una nueva infraestructura recreativa, sino con la utilización objetiva de la existente, puesta a máxima explotación por las capacidades creadas de un personal técnico y de servicio en condiciones de dar cumplimiento a los objetivos sociales de la recreación, en las condiciones concretas del desarrollo en nuestro país.

Todo lo antes descrito se tuvo en cuenta para el desarrollo de este trabajo.

Conclusiones parciales del capítulo

1. Las concepciones teóricas planteadas por los autores, consideran que la Educación Sexual es un pilar necesario para la educación familiar, personal y comunitaria y así desarrollar los valores de la ética y la moral. Se debe tener en cuenta la influencia del medio y las relaciones sociales que se establecen en los individuos de una comunidad.
2. Debe tener un seguimiento por todos los implicados, conocer la caracterización de la comunidad, de las edades con las que se pretende trabajar para poder determinar los elementos particulares que después conformará el plan.
3. El plan se ha creado a partir de las necesidades y preferencias de este grupo etéreo, cumpliendo con los principios del carácter educativo, flexibilidad, diversidad y variedad de las actividades diseñadas y con objetivos generales y específicos.

Capítulo II: Análisis de los resultados. Análisis de los resultados de los Instrumentos aplicados. Presentación y valoración de la propuesta.

2.1- Caracterización de la comunidad

Este proyecto de intervención comunitaria para la Educación Sexual se centra en el Reparto, “5 de Septiembre”, del municipio cabecera de la provincia de Pinar del Río, específicamente en la Circunscripción No. 173.

Esta comunidad es **urbana**, con redes de acueductos y electrificada. Prevalece el sexo masculino y la edad de más de 30 años en la población y el nivel escolar medio es el predominante. Las principales ocupaciones son obrero y trabajadores de servicios.

Esta Circunscripción está compuesta por 3 CDR.

Sostiene su identidad sobre la base de necesidades tales como:

- Creación de centros y espacios para elevar el nivel cultural de los habitantes.
- Buscar alternativas para disminuir el número de alcohólicos.
- Creación de áreas de debate sobre Educación Sexual.
- Creación de espacios para la recreación de los habitantes.

Dentro de la infraestructura existente, relacionada con la recreación se encuentran:

- 2 Áreas Recreativas Rústicas
- 1 Sala de Video
- 1 Biblioteca Comunitaria
- 1 Terreno de Béisbol (en construcción)
- 1 Centro de ambulantes (Niños y Adultos)

Otro de los indicadores está relacionado con las tradiciones culturales, político-ideológicas y religiosas de los pobladores de esta comunidad.

Además, en el consejo popular se registran 11 casos de enfermedades de transmisión sexual, así como 3 con VIH, 4 jóvenes que gustan de la vida fácil y 6 homosexuales, por lo cual es una necesidad de la población la creación de áreas de debate referidas a estos temas.

Dentro de esta comunidad la población más vulnerable son los adolescentes, a quienes va dirigida esta investigación, con el propósito de que al elevar los niveles de comunicabilidad asuman una determinada conducta en cuanto a su educación sexual.

2.2- Características del grupo encuestado.

En estos adolescentes resaltan características dadas por condiciones sociales, influencia del medio sobre ellos, la influencia de los genes, el desarrollo socio cultural y los intereses. Su comunicación es buena aunque no es amplia, motivado esto por el poco trabajo de grupo y en muchos los malos hábitos adquiridos.

La muestra se ubica dentro de la clasificación del grupo real, que se caracteriza por ser un grupo de personas que existen en tiempo y espacio común y unificado por relaciones reales que tienen como objetivo que prevalezcan los mismos intereses, es decir la compañía, criterio de sus coetáneos y asumen conductas relacionadas con la educación sexual.

Esta es una etapa distinta por sus características biológicas, sociales, cognitivas, afectivas, motrices y por las transformaciones psicológicas adquiridas, sin menospreciar por supuesto, la coexistencia de rasgos infantiles y adultos, pero teniendo en cuenta la presencia de cualidades psíquicas más maduras con una heterogeneidad de manifestaciones, donde se encuentran algunos factores que frenan o que acentúan los rasgos adultos.

Los grupos en la vida del hombre y la sociedad tienen un gran significado, es por eso que se le ha dedicado desde hace algún tiempo mucha reflexión y análisis. La sociología al igual que otras ciencias como la filosofía, la pedagogía y la psicología se han dedicado por entero a su estudio por tener como centro el estudio del hombre.

2.3- Resultados de la Observación.

Guía de Observación para la Educación Sexual en la comunidad (Anexo1)

Fueron seleccionadas y observadas para valorar el tratamiento de la Educación Sexual 5 aspectos, arrojando los siguientes aspectos:

Un 93.6 % plantea que no se tienen en cuenta a los adolescentes como centro de atención en la comunidad.

En la categoría de mal el 100% plantea que no se explotan las potencialidades de la comunidad para dar actividades dirigidas al tema de la Educación Sexual cuando cuenta con espacios para hacerlo, como las áreas deportivas de la escuela comunitaria y sala de video. Además coinciden con que no se desarrollan actividades en la comunidad dirigidas a la educación sexual aún cuando resalta dentro de las necesidades del consejo y por tanto de la circunscripción. Evaluado este aspecto también de mal por el 100%.

En el aspecto de si se aprecia cooperación y colaboración entre los miembros de la comunidad en función de ayudar a los adolescentes que promueva el comportamiento adecuado de los adolescentes. Un 75% evalúa de mal el aspecto y un 25 % de regular.

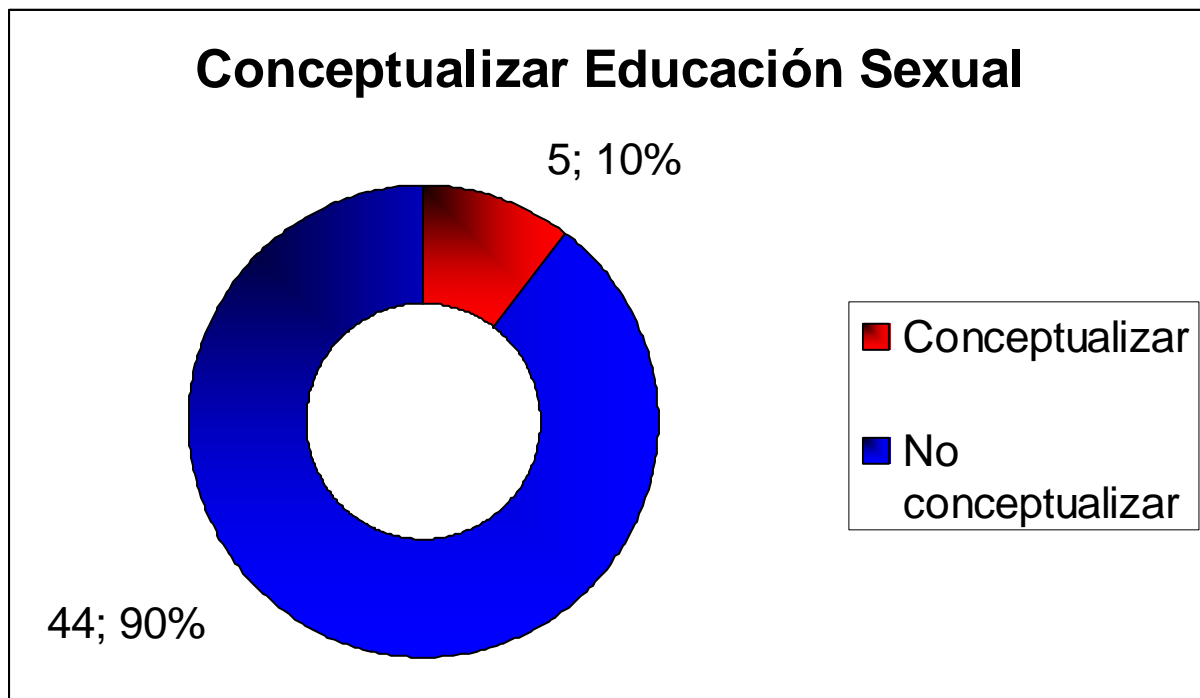
En las uniones entre los adolescentes, prima el amor para un 40% evaluándose de regular y donde solo lo material un 80 %, teniendo el parámetro como categoría mal.

Prueba pedagógica a los adolescentes:

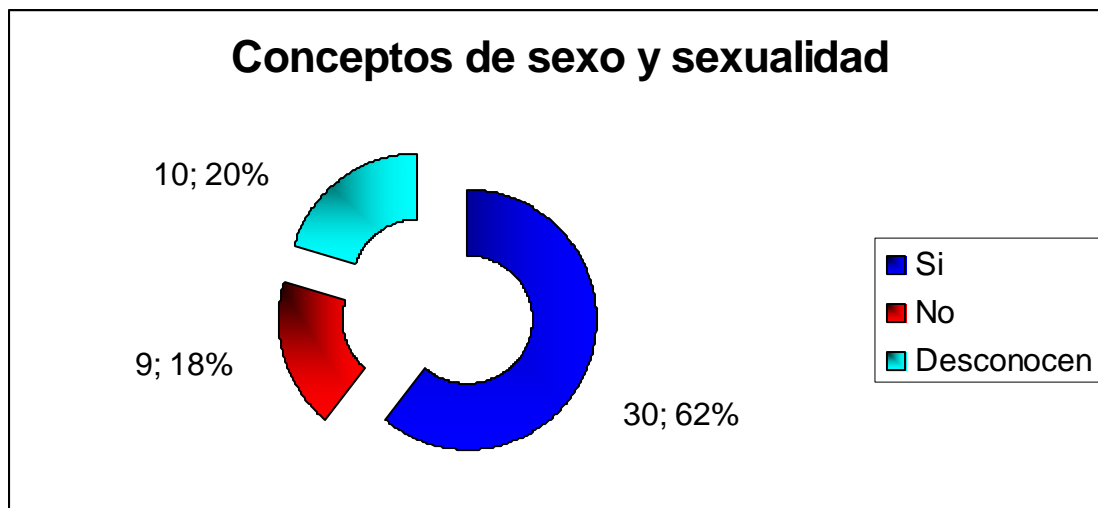
La misma fue aplicada a 49 adolescentes, de ellos 32 hembras para un 65.31% y varones 17 para un 34.69 %.



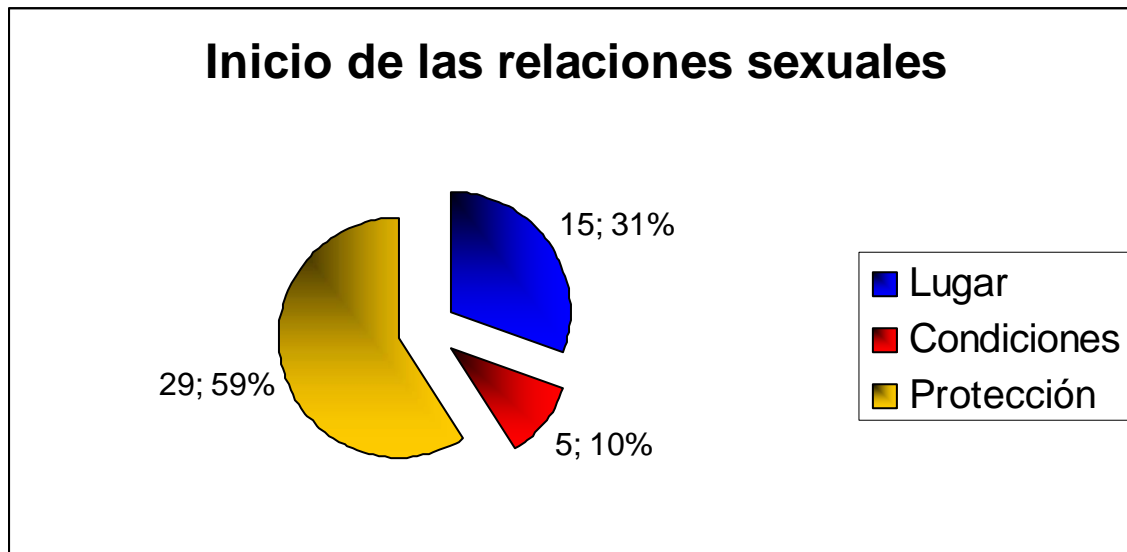
Se comprobó que el 90 % de ellos no pudo conceptualizar la Educación Sexual y solo un 10% si pudo hacerlo.



Acerca de si consideran lo mismo sexo y sexualidad señalan que sí 30 adolescentes para un 62% que no es lo mismo 9 adolescentes para un 18%, pero que desconocen respondieron 10 adolescentes para un 20%.

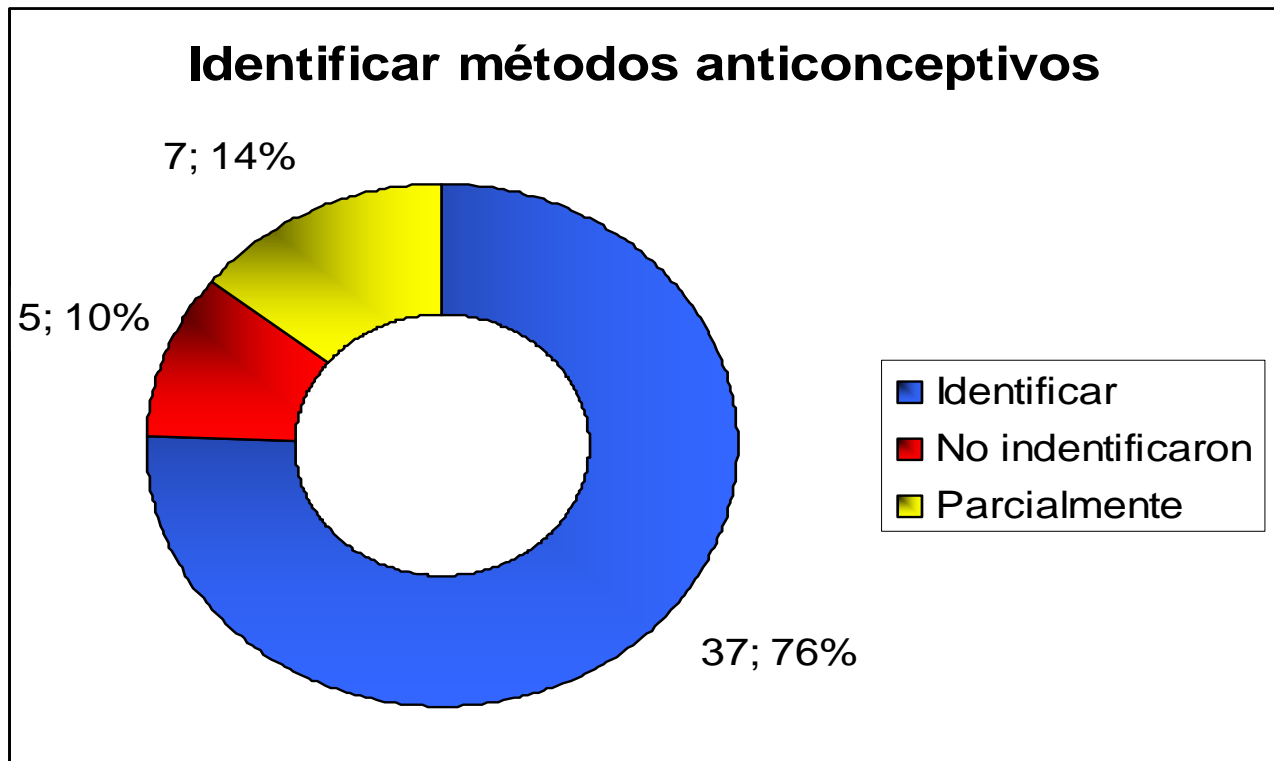


En cuanto al inicio de las relaciones sexuales y cuáles eran las condiciones propicias respondieron que el lugar no era importante 15 adolescentes para un 31%, 5 adolescentes para un 10% respondieron que las condiciones no eran un problema y 29 adolescentes para un 59% expresaron que no utilizaban la protección.

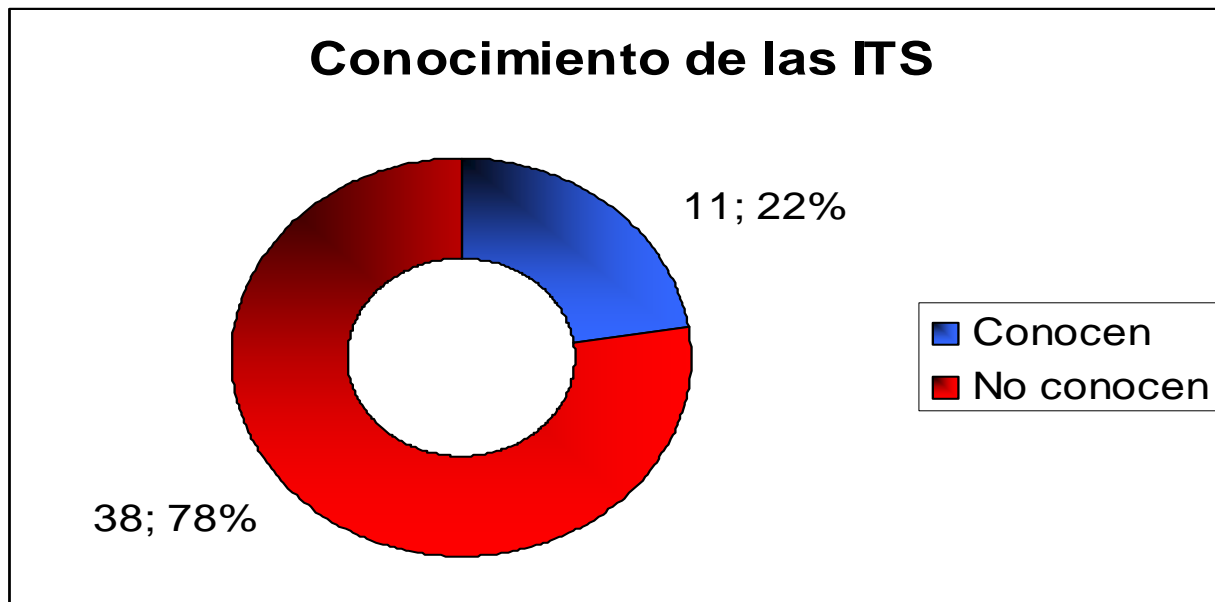


Al analizar con los adolescentes las consecuencias del embarazo precoz en esta etapa de la vida salen a la luz diversos criterios tales como: Frenan su adolescencia ya que dejan de estudiar, de divertirse, no se encuentran preparados ni biológica ni psicológicamente para educar a un bebé, también pueden aparecer problemas de malformación, rechazo de la familia tanto al embarazo como a la propia adolescente, entre otras razones. Se puede percibir con estas respuestas un cierto grado de madurez y de conocimientos relacionados con esta problemática.

Partiendo del total de los adolescentes, en la pregunta de identificar métodos anticonceptivos, el 76% pudo identificarlos correctamente, mientras que un 10% no pudo y un 14% los identificó parcialmente. Por lo cual decidimos incluir en nuestra propuesta actividades relacionadas con este aspecto.



La pregunta número 6 está dirigida al conocimiento de las I.T.S. Arrojó los siguientes resultados: Un 78% no fue capaz de citar varias de estas infecciones mientras que un 22% solo aluden a las más comunes como la sífilis, gonorrea y el SIDA. Por la importancia que esto trae para la salud humana es preciso fortalecer aún más los conocimientos relacionados con las temáticas que aborden tanto el reconocimiento, las medidas preventivas y los síntomas de dichas infecciones.

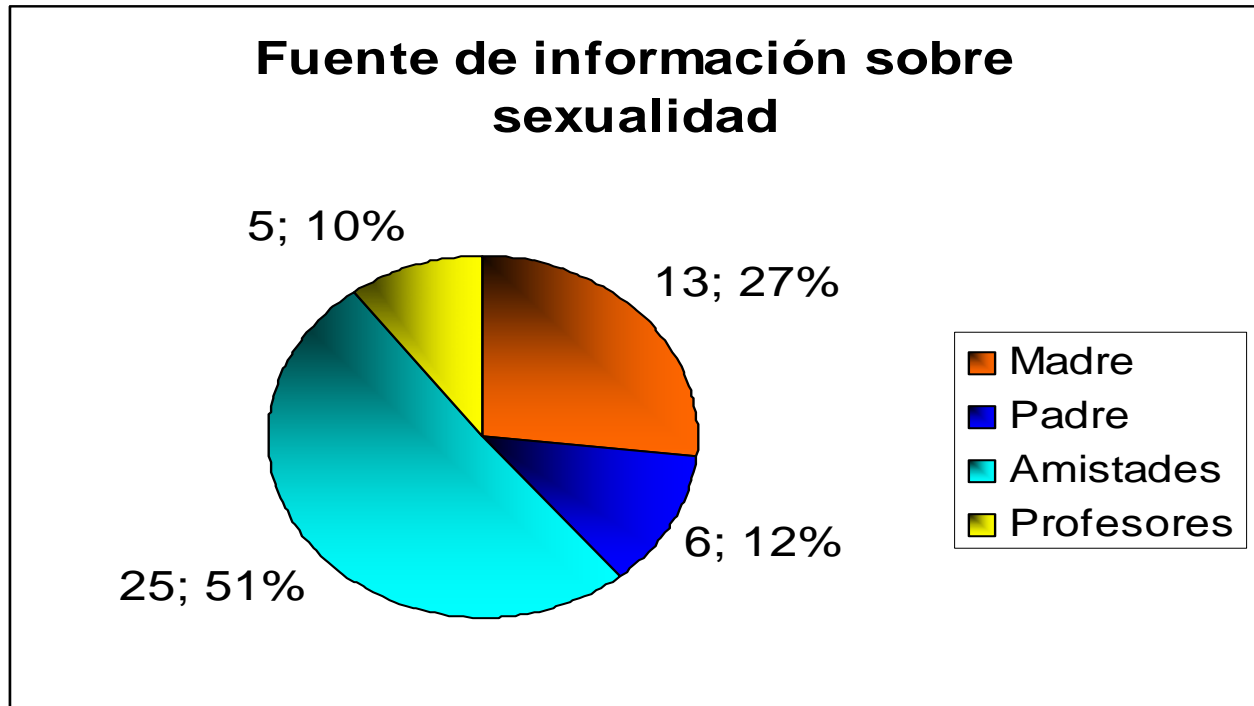


El tema de la orientación sexual constituye una problemática que se irradia paulatinamente en esta sociedad, tanto es así que en los resultados de la pregunta No.7 se evidencia un juicio equilibrado, relacionado con la aceptación y el reflejo de valores humanos fuera de todo tipo de gusto sexual. De los adolescentes el 96,9 % no rechazan totalmente a los homosexuales, más bien resaltan sus valores como amigo, compañero, familiar y separan a otro plano más íntimo, pero personal el hecho de tener otro tipo de orientación. Y solo un 3,1 % discrepa con lo antes mencionado.

Las relaciones falsas, donde solo el interés económico juega el rol fundamental para el establecimiento de una relación duradera, no garantizan que la unión sea perdurable e imperecedera. Sobre la base de lo planteado y lo arrojado en las respuestas de la pregunta No. 8, se evidencia la necesidad de concienciar el amor como condición fundamental. Queda demostrado en un 93,0 % lo trazado anteriormente, pues solo un 7,0 % de los adolescentes respondieron a favor de los sentimientos como condición para lograr durabilidad e las parejas.

La fuente de información que más le aporta sobre cuestiones de sexualidad a los adolescentes es las amistades para un 51%, las madres para un 27%, los padres para un 12% y los profesores para un 10%.Esta pregunta reafirma como en esta edad toda

la información sobre educación sexual es necesaria, por lo que nuestro trabajo viene a reforzar este aspecto.



En la pregunta # 10 relacionada con que si en la comunidad se trabaja la educación sexual solo el 2 % plantea que sí se ocupa .El 98% indica que aún esta no ocupa el lugar que le corresponde en el proceso de formación y orientación de la esfera psicosexual de los adolescentes, no aprovechan todos los espacios que brinda el escenario donde viven para incidir en este sentido.

Entrevista a los padres.

En cuanto a cómo contribuyen los padres a la educación sexual de sus hijos el 100 % de los padres entrevistados señalan la conversación como método utilizado por ellos para brindar consejos, sobre todo de protección y el 5 % plantean que con algunas personas que trasmitan sus experiencias. Un 20% alude a remitirlos a la lectura de libros. Por tal motivo tendremos en cuenta esta información para la planificación de nuestras actividades.

Solo un 30 % considera que la relación entre los adolescentes perjudica la educación sexual de estos. Mientras que el 70 % de los entrevistados consideran que esto favorece el intercambio de ideas ya que si algunos de ellos tienen buena educación sexual pueden influir de manera positiva sobre los otros. Señalan sobre todo la necesidad de que no se guíen por actitudes negativas y pensar bien las cosas. Es un elemento a tener en cuenta en nuestro trabajo y que va reforzar nuestro criterio de planificar el grupo de actividades para adolescentes.

Al indagar acerca de la preparación para trabajar la educación sexual de su hijo se obtuvo que el 45 % la considera de buena porque ha leído, se informa, un 35 % de regular ya que no ha logrado búsqueda de suficiente información y el 20 % de mala dado porque plantean tener otros problemas más importantes que este aspecto. Este último dato nos refuerza la necesidad de irradiar nuestra propuesta para responder a ese por ciento que no está en condiciones.

En la pregunta 4 el 100% considera necesario el trabajo de la Educación Sexual de las futuras generaciones y hasta de los adultos ya que este es uno de los aspectos más vulnerables dentro del desarrollo social de nuestro país .Razón por la cual nos sumamos con nuestro trabajo en esta lucha por ser uno de los elementos que contribuyen a elevar la calidad de vida del hombre.

Dentro de las actividades que sugieren se puedan realizar para trabajar la Educación Sexual desde la comunidad enumeran charlas, talleres productivos, video debates, materiales impresos que puedan ser revistas o boletines que traten este aspecto utilizando o teniendo como base el entorno del consejo popular. Por lo que las tendremos en cuenta para nuestra propuesta.

Entrevista Departamento ITS-VIH DEL Policlínico Pedro Borras.

La función del departamento VIH-ITS está dirigida al seguimiento de los casos diagnosticados con VIH y las ITS .Está integrado por un equipo multidisciplinario en ITS-VIH, enfermeras, encuestadoras, consejería, promoción de salud, médico especialista en dermatología.

Los consejos populares que integra son “Carlos Manuel de Céspedes, Ceferino Fernández Viñas y Las Taironas”.

Al cierre del 2008 las ITS y VIH en el consejo popular “Carlos Manuel de Céspedes” que atiende el departamento se comportaron de la siguiente forma:

VIH -16 pacientes

Blenorragia -20

Sífilis-7

Condiloma-10

Herpes genital -3

La población más vulnerable son los hombres que tienen sexo con otros hombres que no se protegen y los adolescentes por establecer relaciones tempranas sin protección.

Las cifras tan altas de ITS y VIH del consejo popular Carlos Manuel están asociadas a que dicha demarcación cuenta con todas las condiciones favorables para el incremento de las ITS y patologías asociadas (homosexuales, jóvenes con vida desordenada sobre todo nocturna. No estudian ni trabajan).

Entrevista Médico de la familia.

Se nos plantea por parte del médico del consultorio que atiende la circunscripción No. 173 que es necesario el trabajo de la educación sexual en los adolescentes porque es una etapa de muchas dudas, quieren saber cuanto más puedan de este aspecto en el que se inician en la vida y tendríamos como resultados un menor número de adolescentes con embarazo precoz, menor deserción escolar como consecuencia de lo anterior y menos ITS en estas edades.

Las vías que utilizan para materializar las actividades dirigidas a la educación sexual con los adolescentes en el ámbito comunitario están dirigidas a la Secundaria Básica que está enclavada en la comunidad, en la que de manera no sistemática se realizan charlas, video debates, dirigidas por la enfermera del consultorio y la promotora de salud del policlínico. Además nos plantea la existencia de un club de adolescentes por

el policlínico que adolece de la sistematicidad de actividades, cuando podría explotarse aún más en favor de los muchachos.

No conoce el médico de la participación en la realización de estas actividades de los profesionales de la cultura física, considerando que mientras más se involucren mayor será la fuerza y por tanto también la posibilidad y realidad del triunfo, por lo que considera oportuno el vínculo de trabajo entre promotores de salud y profesionales de la cultura física para el desarrollo de actividades relacionadas con la temática en el marco comunitario.

Nos sugieren para el éxito de nuestro trabajo la realización de charlas, videos debates y también de actividades deportivas bien concebidas

Entrevista Vecinos del consejo popular.

El 100% en la pregunta #1 plantea que se carece de una adecuada Educación Sexual en el consejo popular que permita una conducta responsable en todos los grupos de edades.

El grupo especial de los adolescentes es uno de los que más influye en que la Educación Sexual del consejo popular sea inadecuada e insatisfactoria en cuanto a su conducta pues los conocimientos que poseen al respecto son escasos, por lo que resalta la necesidad de trabajar por todos los factores que deben incidir en la educación de este grupo en la comunidad. Esto es criterio del 100 % de los encuestados. (Pregunta 2)

Dentro de las causas en la pregunta 3 se señala en primer lugar la influencia familiar, la falta de conocimiento del tema, la influencia que en esta edad tiene el criterio del amigo, la no influencia sincronizada de todos los factores que tienen que garantizar una adecuada conducta desde la comunidad. Lo que refuerza una vez más la necesidad de nuestro trabajo.

El 100% plantea que a pesar que la mejor medicina es la que precave, solo las audiencias sanitarias tratan el tema del Aedes egiphtis, su control y erradicación,

mientras crece el número de adolescentes que utilizan al aborto como método anticonceptivo por desconocimiento e irresponsabilidad en su conducta. (pregunta4)

En la pregunta 5 se plantea que por lo general solo un 5% que son los profesionales de la educación y salud están en condiciones de brindar una correcta ayuda en este sentido. En los tiempos que corren la información llega a través de los medios de difusión masiva y no siempre se le da interpretación adecuada.

En las sugerencias para un buen trabajo en la comunidad de la educación sexual en la pregunta 6 se señalan que el consultorio, los CDR, FMC ofrezcan charlas educativas de conjunto con los grupos fundamentales de riesgo dentro de los que están los adolescentes. Se han tratado temas de educación sexual en actividades realizadas en la comunidad. En este aspecto se observa como no se señalan la realización de actividades físico recreativas que contribuyan también a este aspecto de nuestro trabajo.

Entrevista a profesores del combinado deportivo.

El 100% en la pregunta #1 coincide que por las características propias de las actividades al estar dirigidas al entrenamiento de determinados deportes este tema no se trabaja, lo que indica que este factor dentro de la comunidad no influye en este aspecto de la Educación Sexual cuando trabajan con un grupo grande comprendido en estas edades.

En cuanto a si existen en la comunidad donde desempeñas tus labores áreas o espacios disponibles para realizar con éxitos actividades físico recreativas que tributen al tratamiento de la temática de la Educación Sexual en la pregunta 2 plantean la ubicación en dos lugares específicos dentro de la comunidad como son la sala de video 40 %, terreno de la Escuela Primaria Raúl Sánchez 80 %.

Según criterio de los encuestados un 40 % considera que son de aceptación las actividades físicos recreativos que ofrecen en la comunidad mientras que el 60 % plantea que depende de la preferencia de los grupos a las que van dirigidas las actividades. Las respuestas de esta pregunta 3 nos llevan a considerar que debemos

encaminar las actividades que conforman nuestra propuesta a las características propias del grupo de adolescentes.

El 100 % está dispuesto a brindar su cooperación para el trabajo de la educación sexual desde la comunidad, siempre que se le brinden orientaciones de cómo hacerlo, por lo que podemos sumarlos para dar cumplimiento a nuestro objetivo con este trabajo.

Entrevista al Delegado de la circunscripción.

En opinión del Delegado de la circunscripción en cuanto a situación de la educación sexual de los adolescentes del consejo popular “ Carlos Manuel de Céspedes” y la circunscripción # 173 que en particular nos ocupa plantea que es mala no por desconocimiento sino por la poca responsabilidad que existe en ellos y el resto de los integrantes de la comunidad se comportan como agentes pasivos, pudiendo cada cual jugar su papel e influir de manera positiva, sabiendo que esta es una lucha donde el aporte de cada cual tributa a ganar una batalla por la vida.

Cuando en la pregunta 2 se hace referencia a la preparación en esta temática, nos plantea que la tiene, que la utiliza de manera particular para orientar a los adolescentes más cercanos a él.

Adentrándonos en el aspecto del trabajo de la Educación Sexual en la comunidad por parte de promotores en cultura física y de salud, en la pregunta 3, nos alega que no se da, que no existe.

No se realizan además ningún tipo de actividad como organización para apoyar el trabajo de la educación sexual en los adolescentes, sugiriendo y alentándonos a imbuirnos en esta temática con la colaboración de todos.

Como sugerencias para trabajar la Educación Sexual desde la comunidad cita la realización de conversatorios, juegos participativos, video debates, talleres, teniendo en cuenta los resultados del diagnóstico que declaran la necesidad de actividades que eduquen sexualmente a los adolescentes.

2.4- Plan de actividades físico-recreativas para la Educación Sexual de los adolescentes.

La esencia de este radica en las actividades físico-recreativas que se han creado para influir sobre la Educación Sexual de los adolescentes (12 a 15 años de edad) que residen en la Circunscripción No. 173, del Reparto 5 de Septiembre, en el consejo popular “Carlos Manuel de Céspedes”, Municipio Pinar del Río a partir del estudio de esta comunidad, cuya implementación persigue la modificación de roles, actuaciones y conductas en estas edades.

Se fundamenta a partir de las necesidades y preferencias de este grupo etéreo, cumpliendo con los principios del carácter educativo, flexibilidad, diversidad y variedad de las actividades diseñadas.

Las actividades, relacionadas entre sí, han sido concebidas en un orden progresivo en cuanto a su contenido y complejidad, combinándose la realización de los juegos participativos, desfiles de modas y para bailar con actividades didáctico-recreativas que permiten medir hasta que nivel es el desconocimiento de los adolescentes en esta materia de la educación sexual, teniendo como antecedentes el diagnóstico realizado al inicio de la investigación.

Objetivo General:

Promover la Educación Sexual de los adolescentes a partir de su motivación y participación en actividades físico-recreativas, vinculadas de forma didáctica a la temática, en correspondencia con sus necesidades e intereses, fortaleciendo las relaciones interpersonales y familiares.

Objetivos Específicos.

- 1- Propiciar una mayor incorporación de los adolescentes del consejo popular a la práctica de las actividades físico-recreativas, promoviendo su educación sexual.
- 2- Lograr una explotación óptima de los recursos, áreas e instalaciones de la comunidad en función del uso racional del tiempo libre, logrando manifestaciones

responsables en su conducta a partir de la participación en las actividades que se desarrollen.

Orientaciones metodológicas para la aplicación del plan de actividades físico recreativas para la educación sexual.

Para su puesta en práctica se necesita de una adecuada coordinación y apoyo por parte de todos los informantes claves para el logro de una buena divulgación.

Una vez coordinadas y aseguradas las actividades a desarrollar en cada caso (tipo de actividad, fecha, hora, lugar) se hace imprescindible la amplia divulgación de las mismas. Esta deberá hacerse utilizando la mayor variedad de vías posibles tales como: murales o carteles informativos, carteleras promocionales, información directa a los moradores del consejo popular, tanto por los activistas como por los demás factores.

Descripción de las actividades.

Juegos participativos:

1- Título: Se quema el balón

Objetivo: Trabajar valores relacionados con la Educación Sexual, Responsabilidad, Honestidad.

Organización: Sentados en círculos.

Recursos: Balones.

Desarrollo: Los alumnos sentados sobre una superficie cómoda trasladarán el balón mediante un pase a otro integrante del círculo, se introducirá el balón y se pasa lo más rápido posible, al sonido del silbato el profesor nombra diferentes valores ejemplo, responsabilidad, honestidad, humanismo y el que recibe debe decir como se manifiesta en el ámbito de la sexualidad

Reglas: Pierde y sale del juego quien no pueda responder.

Título: La diana sexual

Objetivo: Explicar diferentes aspectos relacionados con la Educación Sexual.

Organización: Formados en hileras.

Recursos: Diana y dardos.

Desarrollo: Los adolescentes desde la posición de parados lanzarán el dardo hacia la diana donde están representados diferentes aspectos en relación con la sexualidad.

Sobre las que hagan diana se referirán a aspectos como:

Beneficios de la anticoncepción.

La virginidad a raíz de los tiempos que corren. Su opinión.

¿Qué es fecundación?

Mitos más escuchados en relación con el pene.

Enfermedades más frecuentes por sexo desprotegido.

Consecuencias de un embarazo precoz para el adolescente.

Reglas: Participar todos de manera espontánea y con el máximo de disciplina.

Título: La pareja ideal

Objetivo: Seleccionar la pareja.

Organización: Los niños se vendan los ojos. Las niñas se dispersan por el terreno.

Recursos: Vendas para los ojos.

Desarrollo: Inicialmente, todos con los ojos abiertos buscan cuál de los presentes les gustaría para ser su pareja, pasados 5 minutos, los niños se vendan los ojos y se dispersan las niñas en el área. Acto seguido las niñas comenzarán a tocar a los varones y mediante el tacto descubrirán la pareja que habían fijado con su vista, la cual representará su pareja ideal. Una vez encontrada, los niños, si están seguros, deberán afirmar que ya la han hallado, se destapan los ojos y si no era, entonces habrá perdido. De coincidir, entonces habrá ganado y la adolescente tiene dones para descubrir su pareja en cualquier circunstancia de la vida.

Reglas: No destaparse los ojos, si lo hace sale del juego.

Las actividades que le siguen son:

1-Desfile de moda Con el objetivo de observar la manifestación de la sexualidad en este grupo a través de la moda y de esta forma atraer a los mismos hacia estas actividades sociabilizadoras e instructivas.

Organización: Al concluir la pasarela se realiza un debate sobre los siguientes aspectos:

¿Cómo se observa la sexualidad a través de la moda?

¿Hay diferencias entre el sexo y la moda?

¿Puedes a través del modo de vestir definir la Educación Sexual de una determinada persona?

Relación entre sexo, sexualidad y modas.

Explique el significado de su atuendo desde el punto de vista de la sexualidad. Sobre este, serán seleccionados varios premios: el que más conocimiento mostró, el más original, etc.

2- Rueda de casino:

Objetivo: Observar la manifestación de la sexualidad a través de los bailes.

Organización:

A medida que se pasa de una ronda a otra se van decantando las mejores parejas y se realizan preguntas como:

¿Consideran los bailes símbolos de sexualidad?

¿Demuestran su sexualidad las parejas a través del baile?

¿Los bailes eróticos estimulan a las relaciones sexuales?

¿Es el baile momento para encontrar a la pareja y después ir a la cama?

3- Cine debate sobre ITS:

Objetivo: Observar materiales fílmicos sobre VIH y a partir de ello escuchar al especialista que tratará los diferentes aspectos de la sexualidad que aparecen en los mismos.

Organización:

El primer momento se dedica a la observación de los materiales fílmicos que se hará en la Sala de Video del consejo popular y a continuación pasamos a escuchar a la especialista del grupo de VIH.

4- Andar la comunidad

Objetivo: Obtener la opinión de personas de diferentes edades con respecto a la temática de la sexualidad.

Organización:

El primer momento es salir al espacio comunitario y buscar el criterio de las personas de diferentes edades por parte de los adolescentes. Posteriormente se intercambian entre ellos estas opiniones y reflejan a su vez coincidencias, discrepancias y emiten sus criterios. Después intercambian los mismos.

5- Nuestros héroes, escritores y el amor.

Objetivo: Explicar la enseñanza que nos legaron personalidades históricas en relación con la temática del amor y la sexualidad.

Organización:

Se reparten por grupos para abordar cada cual determinadas personalidades históricas y escritores cubanos. Enfatizando en José Martí, Nicolás Guillén, Alejo Carpentier. Después se ofrece la información reunido todo el grupo y se debaten los diferentes puntos que reinforman.

6-Karaoke romántico:

Objetivo: Relacionar temas musicales con la temática de la educación sexual.

Se seleccionan temas de actualidad y algunos de la vieja trova cubana populares en nuestro país que respondan a esta temática y que nos permitan debatir sus letras en función de nuestro objetivo de trabajo.

En otro momento se pasa a cantar una canción a la persona que deseen en el grupo y explican por qué lo escogieron, teniendo como condición la relación de la letra de la canción con la temática de la educación sexual.

7-Para cerrar se escogió **Encuentro deportivo** del deporte que seleccionen los adolescentes. Si quieren hacerlo hembras contra varones, aprovechamos para aclarar aspectos relacionados con la discriminación de sexos para el deporte preguntando sobre qué aspectos se ha hecho y la incorporación de la mujer a deportes que hasta hace poco era para hombres.

8- Mi poema de amor desde mi lugar.

Objetivo: Vincular la poesía al amor y sus diferentes aristas que tocan la sexualidad.

Organización: La actividad comienza con la presentación de tres poemas de amor de autores reconocidos nacional e internacionalmente. Se tomarán como ejemplo:

- 1 Poema 20 de Pablo Neruda. De la colección 20 poemas de amor y una canción desesperada.
- 2 Poema de la Despedida del autor José Ángel Boesa.
- 3 La niña de Guatemala del Apóstol José Martí.

Después de ser leídas las obras se someterán al análisis de su contenido y mensaje que transmiten, emitiendo cada adolescente su opinión.

9-La educación sexual desde mi pintura.

Objetivo: Exponer a través del dibujo los conocimientos adquiridos sobre educación sexual.

Organización: Se seleccionan previamente los mejores dibujos

Se ubican para ser mostradas sus obras y además se pasa a invitar a los miembros de la comunidad.

El día de la exposición concluye con una valoración por parte de los adolescentes de sus obras.

10- Teatro en la comunidad:

Objetivo: Aplicar a través de la obra de teatro los conocimientos adquiridos por los adolescentes sobre educación sexual.

Organización: Se desarrollará por etapas la obra de teatro, las cuales se explican a continuación:

1era Etapa: Se realiza un casting con todos aquellos adolescentes que se interesen por el teatro y la actuación. Los seleccionados recibirán el personaje a interpretar. El libreto será creado por ellos, pero deben tener en cuenta las siguientes situaciones donde se reflejen aspectos de la vida cotidiana:

Homosexualidad, Embarazo precoz, I.T.S., Promiscuidad, Abuso sexual, Infidelidad, Felicidad en la pareja.

El libreto será revisado por un especialista, quien tendrá ciertas flexibilidades en los temas escogidos por los autores.

2da Etapa: Se comienza el primer ensayo de la obra corrigiendo algunas técnicas de actuación con personal especializado.

3ra Etapa: Se ensaya nuevamente la obra y se ultiman los detalles para su presentación.

4ta Etapa: Puesta en escena de la obra de teatro en la comunidad.

Al finalizar la obra pasamos al debate por parte de los presentes, el cual se fortalecerá con los conocimientos que en el tema de la sexualidad poseen nuestros adolescentes. Se invitan a todos los vecinos de la comunidad que quieran asistir.

11- Espectáculo sexual.

Objetivo: Aplicar a través de modelos en cartulina, utilizando la fiesta de disfraces, el papel de estas estructuras en la sexualidad.

Organización: Cada cual llevará ropa de todos los colores (uno con cada color) y llevará dibujado en una cartulina un órgano o parte erótica del cuerpo humano sexual (vagina, testículos, senos, glúteos, labios, pene), colocado en su cabeza como si fuese una corona real. Después cada uno expone el papel que juega en el acto sexual y se premiará la mejor exposición.

12-Barajas de la ITS.

Objetivo: Determinar el grado de conocimiento de los participantes sobre ITS.

Organización: Se organizan los participantes en un círculo y se les entrega una carta o baraja a cada uno.

Recursos: Barajas

Desarrollo: Cualquiera de las personas que juegan pueden comenzar la actividad leyendo en voz alta la pregunta que le correspondió, anotada en la parte superior de su carta. Todos los demás revisan las respuestas que aparecen en la parte inferior de las cartas, quien considere que tiene la respuesta la lee en voz alta, si hay alguna duda se discute la respuesta o se busca la que corresponda ciertamente, el participante que leyó

la respuesta y la acertó leerá la próxima pregunta de su carta, la actividad continuará hasta leer todas las preguntas y respuestas.

Reglas:

1-No pueden existir más de 30 participantes.

2-No mirar las claves colocadas en el comodín.

13-Gana mi sexo en la frase.

Objetivo: Identificar a cada comprobado con cada respuesta dada.

Organización: Se formará un círculo con el profesor formando parte del mismo.

Desarrollo: Se comenzará con frases y los adolescentes la completarán de manera rápida, la formación estará dividida en la misma cantidad de niñas y niños el que más responda será el sexo ganador.

Reglas:

1-No se puede repetir la misma frase en el equipo.

2-No contestar la frase sin haberla terminado de leer el profesor.

14-Al compás de la sexualidad.

Objetivo: Lograr una interrelación entre los adolescentes a través de este género, logrando evaluar el nivel que han alcanzado en sus conocimientos acerca del tema de la sexualidad.

Organización: Esta actividad se realizará con el fin de lograr una recreación en el momento cumbre del trabajo que se ha llevado a cabo en la comunidad, así como evaluar el nivel que han alcanzado en sus conocimientos acerca del tema de la sexualidad.

Cada actividad general a desarrollar deberá tener un nombre alegórico, en relación con el carácter y objetivo de la misma, lo cual le dará mayor connotación e interés. Además deberá contar con una planificación específica para su feliz realización. Deberá contemplar un conjunto de aspectos organizativos, tales como: nombre de la actividad, fecha, hora y lugar de realización, actividades a desarrollar, materiales, recursos e implementos necesarios, personal de apoyo, entre otros.

Para el logro óptimo de los objetivos propuestos se hace necesario el control y evaluación de cada una de las actividades específicas que se vayan desarrollando, recogiendo además el estado de opinión de los participantes en ellas.

2.5- Valoración de la Utilidad del Plan Elaborado.

2.5.1- Valoración por el Criterio de Especialistas.

Para la validación teórica del Plan de actividades recreativas a instrumentar fueron consultados un total de 5 especialistas, todos con una experiencia que oscila en un rango de 25 a 30 años en el ejercicio de la actividad, teniendo en cuenta la relación necesidad - satisfacción.

El 100% de ellos pronosticó el éxito del Plan propuesto teniendo en cuenta los cuatro indicadores (efecto, aplicabilidad, viabilidad y relevancia).

En sentido general, coinciden en que la estructuración, organización y contenido del mismo propicia el cumplimiento de sus objetivos y la obtención de los resultados previstos, permitiendo además, debido a su flexibilidad, su corrección y perfeccionamiento, retroalimentándose de las experiencias de su implementación práctica, incluyendo los aportes de los propios participantes.

Refieren además que consideran la propuesta como novedosa, pues las actividades incluidas, responden a los intereses y necesidades recreativas en estas edades, se realizan en sesiones y frecuencias que los propios adolescentes desean y pueden realizar, lo cual favorece no solo al logro de los objetivos propuestos, sino también al auto desarrollo de la comunidad.

Como resultado del procesamiento de los datos, se obtuvo la categoría de **Muy Adecuado**, que demuestra mediante el consenso de los especialistas, la factibilidad del programa que se ha elaborado para favorecer a una mejor educación sexual de los adolescentes.

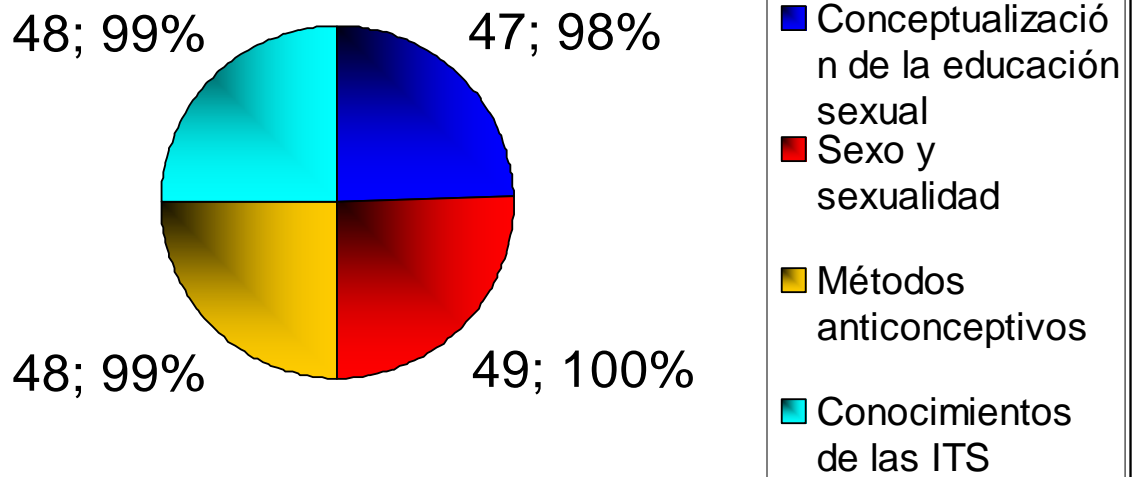
2.5.2- Valoración Práctica de la Implementación del plan

Este Plan, después de haber sido valorado por los especialistas, fue llevado a la práctica por un período de 3 meses, trayendo consigo resultados positivos, lo que se constata luego de aplicar la Observación y la prueba pedagógica en un segundo momento a los adolescentes .Se obtuvieron los siguientes resultados:

En la mayoría de las actividades ofertadas se contó con las condiciones necesarias para la ejecución de las mismas, además se observó una mayor participación no solo por parte de los adolescentes, sino por el resto de la población, una mejor organización, variedad, calidad y pleno disfrute de las diversas actividades.

En el aspecto relacionado con la conceptualización de la educación sexual se observa como un 98 % es capaz en este momento de ofrecer conocimientos que demuestran que han ganado en dominio sobre esta temática. En cuanto a delimitar si es igual sexo y sexualidad, arrojó que el 100% los identifica correctamente. También el 100% fueron capaces de identificar los diferentes métodos anticonceptivos. Otra de las cuestiones analizadas fue la concerniente al conocimiento de las ITS aspecto en el cual un 99 % logra identificarlas contrastando con el inicio de la investigación donde solo un 78 % daba muestras de tener conocimientos en relación con esto.

Valoración práctica del plan



CONCLUSIONES

1. Los antecedentes teóricos y metodológicos que existen sobre actividades físico-recreativas y la Educación Sexual en los adolescentes, vigorizan la necesidad que en el marco de esfuerzos conjuntos, estos favorezcan al máximo la formación integral de la personalidad de los adolescentes.
2. El diagnóstico de la Circunscripción No. 173, del Reparto 5 de Septiembre, en el consejo popular “Carlos Manuel de Céspedes”, Municipio Pinar del Río sobre educación sexual, arrojó un alto índice de ocurrencia de enfermedades de transmisión sexual, falsos conceptos y desconocimiento de los preceptos de la Educación Sexual, así como lo alegado por los informantes claves de la comunidad quienes plantean que la educación sexual es deficiente.
3. El plan de actividades físico-recreativas para contribuir a la educación sexual de los adolescentes de 12-15 años de la Circunscripción No. 173, del Reparto 5 de Septiembre, en el consejo popular “Carlos Manuel de Céspedes”, Municipio Pinar del Río está estructurado sobre la base de sus necesidades y preferencias recreativas, teniendo en cuenta el contenido educativo, flexibilidad y variedad de las mismas.
4. A partir de la valoración realizada por el criterio de especialistas, el resultado de la observación realizada y las opiniones de los propios participantes, se constata la utilidad del plan de actividades físico-recreativas propuesto para contribuir a la educación sexual de los adolescentes de la Circunscripción No. 173, del Reparto 5 de Septiembre, en el consejo popular “Carlos Manuel de Céspedes”, Municipio Pinar del Río.

RECOMENDACIONES

1. Que se analice la posibilidad de generalizar el Plan de actividades físico-recreativas en el resto de la comunidad.
2. Se debe continuar llevando a cabo una serie de acciones con el objetivo de lograr a largo alcance la formación progresiva de una conducta sexual responsable, que promueva la disminución de matrimonios en edad escolar, así como la tasa de embarazos o abortos indebidos y como prioridad fundamental evitar la presencia de las enfermedades de transmisión sexual (ITS) entre ellos el VIH/SIDA.

BIBLIOGRAFÍA

1. Alfonso, Carmen R.(1979) El problema Sebastián “Realidad o fantasía”. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
2. Álvarez de Zayas, Carlos. (1975) Metodología de la Educación Científica. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
3. Álvarez Elia y Nora Teresa.(1995) Pubertad, Cuerpo, Imagen y Sentimiento. Revista Sexología y Sociedad No 7. La Habana
4. Álvarez Lajorchere, Celestino. (2001) El embarazo en la adolescencia. Educación para la Salud. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
5. Aportes y transferencias, Tiempo Libre y Recreación. Centro de Investigaciones Turísticas. Facultad de Ciencias Económicas y Sociales. Universidad Nacional de Mar del Plata. Volumen 1, Octubre 1997.
6. Bravo Fernández, Ofelia. (1978) Aborto Provocado. Editorial Pueblo y Educación
7. Bens, Charles K. Participación efectiva de los ciudadanos: como llevarlo a cabo. Nacional Civic Review (Canadá) invierno / primavera, 1996.
8. Caballero Rivacoba, Mirtha J. Yordi García. El Trabajo Comunitario: una alternativa cubana al desarrollo social. Ediciones Acana, Camaguey, 2004.
9. Calviño, M.A. Trabajar en y con grupos. Experiencias y reflexiones básicas. Editorial Academia. La Habana, 1998.
10. Castellano Simones Beatriz, González Alicia.(1975)Sexualidad humana, personalidad y educación. La Habana. Editorial Pueblo y Educación
11. Castro Alegret, Pedro Luís. (2004) La educación sexual experiencias y resultados en secundaria básica. Proyecto Cubano. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
12. Centro Latinoamericano de Economía Humana (CLAEH, Asociación Latinoamericana de Organizaciones de Promoción (ALOP). La construcción del desarrollo local en América Latina: análisis de experiencias. <http://www.claeh.org.uy>, <http://www.alop.or.cr> (Montevideo), 2002.

13. Colectivo de autores. El libro del trabajo del sociólogo. Editorial Ciencias Sociales. La Habana, 1988.
14. Colectivo de Autores. Selección de lecturas sobre Sociología y Trabajo Social. La Habana, 2001.
15. Colectivo de autores. Selección de temas de Sociología. ISCF "Manuel Fajardo". La Habana. 2003.
16. Corrales Ricardo.(1996) Psicología y Educación. La Habana. Editorial Pueblo y Educación
17. Dabas, Elina. El concepto de red. Importancia de las redes comunitarias.<http://www.cfired.org.ar/esp2/eventos/internet/pdf/01.pdf>
18. Daltel W. (1976). Juegos Recreativos. Berlín. Editorial Tribore. 1976.-136p.
19. Debate. Revista Temas ¿Entendemos la marginalidad? (Digital)
20. Díaz Aliandro, Hernández Fidel. (2001) Educación sexual, Creatividad y Promoción de Salud. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
21. Díaz Carbó, D. El procedimiento participativo de apreciación rápida. En: Taller sociológico IV. Tercer año de sociología. (Departamento de Sociología Universidad de La Habana),1996.
22. Doble Erika, Hugo.(2001) Juegos Menores. Manual para las Escuelas y Asociaciones Deportivas. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
23. Durán Alberto.(1990) La educación sexual de los niños y los jóvenes No 5. La Habana. Editorial Pueblo y Educación Enero-Marzo.
24. El enfoque sistémico del desarrollo económico local (digital)
25. Extensión Cultural. División de Recreación dirigida al Consejo Venezolano del niño.
26. Ferrarese, Stela M. Alicia Milanessio y Silvia Precioso. Creando Juegos. Resultado de la investigación-acción-participativa: Juegos ecológicos participativos. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital (Buenos Aires) 5: 22, 2000.

27. Gallicchio, E. El desarrollo local en América Latina. Estrategia política basada en la construcción de capital social. Programa de desarrollo local. Centro Latinoamericano de Economía Humana. Uruguay (digital)
28. Gallicchio, E. Empleo y Desarrollo Económico Local. (digital)
29. García C. Julia de la C (s/a) Estudios sobre el comportamiento actual de la Recreación en los Consejos Populares.
30. Guerrero S. (s/a). Algunos aspectos de la historicidad de la recreación en Cuba''. Ciudad de la Habana. Impresora José A. Huelga.
31. Guilber, M (s/a). Los problemas del Tiempo Libre y la encuesta propuesta del tiempo libre. París.
32. Grushin, O (1966). Tiempo Libre y Desarrollo Social. Instituto de Demanda Interna. Centro de Información Científico Técnico.
33. Jasso Peña, J. El Municipio: génesis del desarrollo de la Educación Física y el Deporte en un país. (digital)
34. Krause, Mónica (1998) Educación Sexual. Selección de lecturas. La Habana. Editorial Pueblo y Educación
35. Krause, Mónica (2000) Algunos temas fundamentales sobre la educación sexual. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
36. Lares. A. (1968). Recreación del Tiempo Libre. Venezuela.
37. Leiva Martín, Yolaida.(1995) Revista Sexología y Sociedad No 2 Septiembre
38. Marsiglia, J y Graciela Pintos. La construcción del desarrollo local como desafío metodológico. (digital)
39. Martín Durán, José Manuel, Sonia Cacho García. Las actividades físicas y deportivas como actividades formativas y complementarias en la "Nueva Jornada Escolar", para los centros públicos en España. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital (Buenos Aires) 7: 36, 2002.

40. Moreira. R. (1979). La Recreación un fenómeno Sociocultural. Ciudad de La Habana: Editorial José A. Huelga.
41. Orientaciones Técnicas Metodológicas de la Dirección Nacional de Recreación. Ciudad Habana.
42. Paglilla, Raúl. El deporte, agente de cambio social en comunidades de refugiados de Guerra. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital (Buenos Aires) 5: 27, 2000.
43. Paglilla, Raúl y Eugenio Perrone. El nuevo perfil de la Institución Escolar inserta en las comunidades barriales carenciadas: de la animación institucional hacia la comunidad barrial. El caso de la EMEM 3 de 19, de la Ciudad de Buenos Aires. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital (Buenos Aires) 6: 32, 2001.
44. Paglilla, Raúl. Desde la animación institucional hacia la transformación social. El deporte escolar, agente inicial de contención social. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital (Buenos Aires) 7: 41, 2001.
45. Peláez Mendoza, Jorge. (2002) Adolescencia y Sociedad. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
46. Pérez Sánchez, Aldo y Colaboradores. Recreación. Fundamentos Teórico - Metodológicos. (1997).
47. Pratesi, Ana R. Niveles e Interacciones en las Redes Comunitarias. Cátedra de Sociología Urbana. FADU. UNNE–Instituto de Ciencias Sociales. InCiSo/Psicología Social y Comunitaria. <http://www.unne.edu.ar/cyt/sociales/>
48. Programa de las Naciones Unidas para los Asentamientos Humanos (UN-Habitat). Herramientas para una Gestión urbana participativa. (digital)
49. Pulgarón Medina, Carmen y Pilar Martín García. La psicología aplicada a la actividad física y el deporte. Sus aportes al deporte municipal. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital (Buenos Aires) 3: 12, 1998.
50. Recaré, Valeria. Un enfoque hacia el desarrollo integral del adolescente. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital (Buenos Aires) 5: 23, 2000

- 51.. Rivera, O (1988). Estudio de la utilización del tiempo libre de los jóvenes del pueblo de Mantua, Trabajo de Diploma, Pinar del Río, Instituto Superior de Cultura Física Nancy Uranga Romagoza.
52. Rodríguez, E (1982). Tiempo Libre y Personalidad. La Habana. Editorial Ciencias Sociales.
53. Sánchez Rueda, Margarita.(1977) Los 100 juegos del Plan de la Calle. Algunas Teorías sobre los juegos. La Habana Editorial Pueblo y Educación.
54. Suárez, A. L. (s/a). Recreación. Fundamentos Teórico - Metodológicos. México, D. F 1997.
55. Torres Cueto, María A. (2003) Programas directores de promoción y educación para la salud en el sistema nacional de educación. La Habana Editorial Pueblo y Educación.
56. Valdés García, Miriam.(1979) Teoría y Metodología de la Educación Física. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
57. Valdés, Y. (s/a). El tiempo libre y la participación en la cultura física de la población cubana, La Habana.
58. Zamora García, Rosa M. (1998). Sociología del Tiempo Libre y Consumo de la población. Ciudad de La Habana. Poligráfico Alfredo López.

ANEXOS

Anexo # 1- Guía de Observación para la Educación Sexual en la comunidad.

Objetivo: Constatar el tratamiento de los temas relacionados con la educación ambiental en las actividades programadas.

No.	Aspectos a Observar	Bien	Regular	Mal
1-	Idoneidad del Lugar			
	Contenido de la actividad relacionado con la educación sexual.			
2-	Participación			
3-	Calidad de la Actividad (organización)			
4-	Grado de satisfacción de los participantes.			

Anexo #2- Prueba pedagógica a los adolescentes.

Objetivo: Conocer sus criterios y nivel de información en relación con esta temática, así como sus gustos y preferencias por las actividades físico-recreativas.

Con el propósito de realizar una investigación en el marco de la Educación Sexual en el consejo popular Carlos Manuel de Céspedes le solicitamos su colaboración. Gracias.

a) Edad _____ b) Sexo _____

1-¿Qué entiendes por educación sexual?

2-Considera lo mismo sexo y sexualidad. Sí_____ No_____

3- ¿Cuáles son las condiciones para el inicio de las relaciones sexuales?_____

4-¿Qué consecuencias sociales trae el embarazo precoz?

5-Dentro de los métodos anticonceptivos están: Selecciónelo.

Sí

No

Método del ritmo o calendario. -----

Aborto -----

Píldora -----

Condón-----

Diafragma-----

Ducha-----

Temperatura corporal-----

Coito interrumpido-----

6-Cite ejemplos de ITS (Infecciones de Transmisión Sexual)

7-¿Compartes la manifestación social de la homosexualidad?

Sí-----

No-----

A veces-----

8-¿Qué criterio tienes para establecer una relación sana y duradera?

Económico _____

Sentimental _____

9-Por orden de prioridad diga cuál es la fuente que más información le aporta sobre Educación Sexual:

- Profesores _____
- Madre _____
- Amistades _____
- Padre _____

10-Se trabaja la Educación Sexual en su comunidad. En caso de que sí, argumente.

Sí _____

No _____

11- ¿Se realizan actividades recreativas relacionadas con la educación sexual en su comunidad? Sí _____ No _____

12- ¿Participas en ellas? Sí _____ No _____

¿Por qué?

13- ¿Qué actividades recreativas tienes conocimiento que se realizan en tu comunidad?

14- ¿Que actividades recreativas te gustaría realizar?

Anexo 3 - Entrevista a Factores Vinculados.

Objetivo: Conocer una serie de aspectos relacionados con el accionar en este marco.

1- Datos Generales:

a) Función _____

b) Experiencia en la actividad _____

1. ¿Qué opinión tiene en cuanto a cómo se manifiesta la Educación Sexual en el consejo popular?
2. ¿Cómo valora el conocimiento y comportamiento de los adolescentes del consejo popular respecto a esta temática?
3. ¿Qué causas considera motivan el comportamiento sexual de los adolescentes?
4. ¿Se materializa en la comunidad el vínculo de trabajo entre Promotores de Salud y Profesionales de la Cultura Física para el desarrollo de actividades relacionadas con la temática en el marco comunitario? Argumente.
5. ¿Se han tratado temas de educación sexual en actividades realizadas en la comunidad. ?
6. ¿Considera de aceptación las actividades físico-recreativas que se organizan en la comunidad?
7. ¿Qué actividades sugiere se puedan realizar para trabajar la Educación Sexual desde la comunidad?
8. ¿Qué sugerencias daría para trabajar la Educación Sexual desde la comunidad?

Encuesta #1 Valoración del Plan de actividades físico-recreativas por los adolescentes.

Estimados adolescentes:

La presente encuesta se corresponde con la investigación que se viene realizando sobre la educación sexual de los adolescentes de 12-15 años de la circunscripción No. 173, del Reparto 5 de Septiembre, en la cual se ha instrumentado un nuevo Plan de actividades físico-recreativas. Sobre dicha actividades es que deseamos una vez más nos preste su colaboración, ofreciendo sus valiosos criterios.

1. ¿Has observado algún cambio en la oferta de actividades físico- recreativas para una mejor orientación sexual?

Sí ____ No ____

2 ¿Conoces las nuevas actividades físico-recreativas que se están ofertando u organizando en tu circunscripción?

Sí ____ No ____

a) Menciona algunas de ellas:

3. ¿Has participado en algunas de estas actividades?

Sí ____ No ____

4. ¿Sientes satisfacción por las actividades realizadas?

Todas ____ Algunas ____ Ninguna ____

5. Menciona las actividades que más y menos te han gustado.

Más Gustadas

Menos Gustadas

6. Expresa tu opinión sobre el Plan de actividades físico-recreativas que ofertamos.